

Jaana Sinkko

ELOA JA ILOA VUOLLEKODILLA- TAPAHTUMA  
TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Vanhustyön koulutusohjelma  
Geronomi (AMK)  
2017



Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Satakunta University of Applied Sciences

## ELOA JA ILOA VUOLLEKODILLA-TAPAHTUMA

Sinkko, Jaana  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Vanhustyön koulutusohjelma  
marraskuu 2017  
Ohjaaja: Hautala, Päivi-Maria  
Sivumäärä: 42  
Liitteitä: 10

Asiasanat: vanhus, toiminnallisuus, toiminnallinen tapahtuma, viriketoiminta

---

Toiminnallinen tapahtuma järjestettiin 25. elokuuta 2017 palvelutalo Vuollekodissa. Tapahtuman suunnittelusta ja käytännön toteutuksesta vastasi opinnäytetyön tekijä yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa.

Päivän sisältöä suunniteltiin yhdessä Vuollekodin toiminnanjohtajan ja hoitajien sekä Vuollekodin naistoimikunnan kanssa. Osallistujia tapahtumaan kutsuttiin Vuollekodin asukkaiden omaisten ja läheisten lisäksi myös ikäihmisten vuokra-asuntojen; Salavatalojen asukkaita ja Kokemäen kaupungin omistaman Palvelukeskus Henrikinhovin asukkaita läheisineen.

Projekti sai alkunsa opinnäytetyön tekijän laatiman viriketoimintahaastattelun pohjalta. Haastattelu tehtiin Palvelutalo Vuollekodin kahdeksalle asukkaalle keväällä 2017. Opinnäytetyön projekti eteni tapahtuman toimintojen suunnittelulla, yhteistyötahojen kokoontumisilla ja aikataulun laatimisella.

Osallistujilta kerättiin palaute tapahtuman onnistumisesta yksinkertaisilla ja selkokielisillä kysymyksillä. Kysymysten avulla voitiin arvioida, oliko tapahtuma onnistunut ja nousiko vastauksista kehitysideoita samanlaisten tapahtumien järjestämiseksi tulevaisuudessa. Kysymysten tarkoituksena oli saada vanhusten ja heidän omaistensa ääni kuuluville, jotta voisimme jatkossakin järjestää toivottuja, virikkeellisiä tapahtumia ja tempauksia.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella, toteuttaa ja arvioida vanhuksille ja heidän läheisilleen toiminnallinen tapahtuma palvelutalo Vuollekodissa elokuussa 2017. Palvelutalo Vuollekoti sijaitsee Kokemäellä. Vuollekodin omistaa Vuollekodin kannatusyhdistys, joka on perustettu v. 1963. Vuollekodin palvelutalo tarjoaa tehostettua palveluasumista ikäihmisille ja muistisairaille.

Opinnäytetyön tavoitteena oli vanhusten kokoontuminen yhteen, kannustaen heitä ylläpitämään sosiaalisia suhteita ja osallistua heitä yhteiseen tekemiseen. Tavoitteena oli myös saada vanhusten omaisia ja läheisiä näkemään vanhuksen jäljellä olevat voimavarat ja sen, että he ovat edelleen kykeneviä nauttimaan uusista kokemuksista.

# ORGANISING RECREATIONAL ACTIVITY IN SERVICE HOME VUOLLEKOTI

Sinkko, Jaana

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Elderly Care

November 2017

Supervisor: Hautala, Päivi-Maria

Number of pages: 42

Appendices: 10

Keywords: elderly people, senior citizen, functionality, functional activity, recreation

---

The functional activity was organized on August 25<sup>th</sup> 2017 in service home Vuollekoti. The activity was planned and executed by the author of this thesis together with partners in cooperation.

The contents of the activity were fabricated in collaboration with the executive director, nurses and the women's committee of Vuollekoti. In addition to relatives of the residents of Vuollekoti, other elderly people were invited to participate as well; residents from municipal service home Henrikinhoivi and senior citizen rental apartments were invited.

The idea of the project originated from an interview regarding activity. The interview was conducted on eight residents of Vuollekoti in the spring 2017 by the author of this thesis. The project proceeded with planning, meetings and scheduling.

The purpose of this thesis was to plan, execute and evaluate a functional activity for the elderly and their relatives in service home Vuollekoti in August 2017. Service home Vuollekoti is located in Kokemäki and it is owned by Vuollekoti Relief Association founded in 1963. Vuollekoti provides service housing for the elderly and for those suffering from memory loss diseases.

The aim of this thesis was to organise a gathering for the elderly and to encourage them to maintain social relations and participate in activities. In addition, the relatives were encouraged to be involved and to acknowledge the existing reserves of strength of the elderly and their capability to enjoy new experiences.

Feedback from the participants was collected with a simple questionnaire written in plain language. The questions and their answers evaluated the success of the event and whether developing a similar event in the future was desired. The purpose of the questionnaire was to emphasise the voice of the elderly and their relatives in order to organise recreational activities according to their wishes.

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	5
2 PSYKKINEN JA SOSIAALINEN TOIMINTAKYKY .....	7
2.1 Psyykkisen toimintakyvyn arviointi ja tukeminen .....	7
2.2 Sosiaalisen toimintakyvyn arviointi ja tukeminen .....	8
2.3 Tutkimuksia ikäihmisten hyvinvoinnista .....	9
3 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TARKOITUS .....	10
3.1 Päätaavoite .....	10
3.2 Osataavoitteet.....	11
3.2.1 Asukkaan tunnustaminen palvelutalossa.....	11
4 PROJEKTIN TAUSTA JA TARVE.....	12
4.1 Viriketoimintahaastattelu .....	12
4.2 Haastattelun tulos .....	13
5 PROJEKTIN SUUNNITTELU.....	15
5.1 Toiminnallisen projektityön vaiheistus .....	15
5.2 Yhteistyökumppanit .....	16
5.3 Kohderyhmä.....	17
5.4 Projektin aikataulu .....	18
5.5 Projektin rahoitussuunnitelma.....	19
5.6 Resurssit ja riskit.....	19
5.7 Arviointisuunnitelma.....	20
6 TAPAHTUMAAN VALIKOITUJEN TOIMINTOJEN PERUSTELU.....	21
6.1 Muistelu.....	22
6.2 Musiikki .....	23
6.3 Kädentaidot .....	24
7 TOTEUTUS .....	25
8 PROJEKTIN ARVIOINTI.....	31
8.1 Projektin vaiheistus, aikataulutus ja rahoitussuunnitelman toteutuminen .....	31
8.2 Tavoitteiden saavuttaminen .....	31
8.3 Riskit ja resurssit .....	33
8.4 Toteutuksen itsearviointi.....	34
8.5 Palautekyselyn tulokset.....	35
8.6 Suullinen palaute.....	38
9 POHDINTA .....	38
LÄHTEET.....	40
LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Virikkeellisen toiminnan osuus vanhusten elämässä on tärkeää, koska sen vaikutukset ovat nähtävissä kokonaisvaltaisesti; psyykkisesti, fyysisesti kuin sosiaalisestikin (Lähdesmäki & Vornanen 2009). Virikkeellinen toiminta lisää elämäniloa ja tuo vaihtelua vanhuksen arkeen. Kokonaisvaltaisessa ja tavoitteellisessa toimintakyvyn tukemisessa on ymmärrettävä, että tukeminen on prosessi. Prosessi sisältää joukon loogisesti toisiinsa liittyviä toimintoja, hoitotoimintoja sekä toimintojen toteuttamiseen tarvittavat moniammatilliset resurssit, joiden avulla halutut tavoitteet voidaan saavuttaa. (Lähdesmäki & Vornanen 2009, 21.)

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta ja iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista (vanhuspalvelulaki) tuli voimaan 1.7.2013. Tämän lain tavoitteena on tukea ikääntyneen väestön hyvinvointia, terveyttä ja itsenäistä suoriutumista sekä osallistumista palveluiden kehittämiseen kunnissa. Lain tarkoituksena on myös parantaa ikäihmisten mahdollisuutta saada laadukasta sosiaali- ja terveyspalvelua sekä pystyä vaikuttamaan omien palvelujensa sisältöön ja toteuttamiseen. (Vanhustyön keskusliiton www-sivut 2013)

Psyykkisen hyvinvoinnin käsite on laaja ja se liittyy koko elämäämme ja siihen miten miellämme vaikutusmahdollisuutemme omassa elämässämme. Psyykkistä hyvinvointia edesauttaa hyvä itsetunto sekä realistinen minäkuva eli oma käsitys siitä, mitä osaa ja mitkä ovat hyvät ja huonot puolemmme. Mielenterveytemme on myönteinen voimavara ja sitä voidaan edistää samoin kuin fyysistäkin terveyttä. Löytämällä omia vahvuuksia ja tunnistamalla myönteisiä ja kielteisiä tunteita. Omalla käytöksellä voimme edistää myös toisten ihmisten mielenterveyttä. (Partala 2012, 13.)

Sosiaalista toimintakykyä ikäihmiselle muodostuu vuorovaikutuksessa yhteisön, ympäristön ja yhteiskunnan niiden tarjoamien mahdollisuuksien ja rajojen puitteissa. Sosiaalinen toimintakyky ilmenee vuorovaikutustilanteissa, sosiaalisena aktiivisuutena ja osallisuuden kokemuksina. Osallisuus ilmenee arvostuksena, tasavertaisuutena ja

mahdollisuutena vaikuttaa omassa yhteisössä tai verkostossa. Osallisuuden edistäminen on osa Suomen hallituksen ja Euroopan unionin tavoitteita, joissa se on korostettu yhdeksi keskeiseksi keinoksi ehkäistä syrjäytymistä. (Vanhustyön keskusliiton www-sivut 2017)

Projektityyppisen opinnäytetyöni tarkoituksena oli suunnitella, toteuttaa ja arvioida kuntouttava, eri toiminnoista koostuva tapahtuma, ikäihmisiä osallistaen. Kyseessä oli siis toiminnallinen opinnäytetyö.

Toiminnallisen opinnäytetyönraportti muistuttaa kertomusta, jonka juoni etenee sen mukaan, millainen työprosessi on ollut, miten työn aihe on löytynyt ja millaisin keinoin kysymyksiin on etsitty vastauksia. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 82.)

Tapahtuman toiminnot valikoi opinnäytetyön tekijä ja niiden suunnittelussa ja toteuttamisessa auttoivat yhteistyötahot. Tapahtuman toteuttamisen avuksi syvennyin vanhuksille järjestettävään virikkeelliseen ja kuntouttavaan toimintaan ja sen vaikutuksiin vanhuksen elämässä erilaisten tutkimusten ja kirjallisuuden kautta.

Toiminnallisissa opinnäytetöissä tutkimuksellinen selvitys kuuluu idean toteuttamistapaan. Toteuttamistapa tarkoittaa keinoja, joilla hankitaan materiaalia oppaan, ohjeistuksen tai tapahtuman sisällöksi ja niitä keinoja, joilla näiden valmistumisen visuaalinen ilme toteutetaan. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 56.)

Olen työskennellyt 16 vuotta vanhustenhuollossa eri sektoreilla; kunnallisessa vanhainkodissa, kotihoidossa ja yksityisellä vanhusten palvelutuottajalla. Valitsin opinnäytetyökseni osallistavan ja virikkeellisen projektityön, koska mielestäni se on tärkeää ajatellen vanhusten hyvinvointia ja toimijuutta myös tulevaisuudessa. Olen kiinnostunut kehittämään vanhustyötä yksilöllisempään suuntaan. Kuntouttavan työotteen lisäksi vanhustyön tulee olla osallistavaa ja sellaista, mitä ikäihmiset itse haluavat. Mielestäni kaikilla vanhustenhuollon sektoreilla tarvitaan panostusta yksilölliseen, osallistavaan ja virikkeellisempään suuntaan.

Projektityyppisen opinnäytetyöni tapahtuman sisältö ja järjestelyt oli suunniteltu niin, että mahdollisimman moni vanhus pystyi osallistumaan tapahtuman toimintoihin. Vuollekodin henkilökunnan työajat olivat tapahtumaa varten suunniteltu niin, että

heillä oli aikaa avustaa vanhuksia eri toimintopisteillä ja auttaa mm. tarjoilujen kanssa. Opinnäytetyöni tavoitteena oli tuoda vanhusten arkeen vaihtelua ja virkistystä.

Virkistäytymisen ja ajatuksia herättävän päivän saavuttamiseksi tapahtuma sisälsi muistelua, musiikkielämyksiä, kädentaitoja ja sosiaalista kanssakäymistä. Tapahtuman ajankohdaksi halusin vielä lämpimän vuodenajan ja tapahtuman ajankohtaan vaikutti myös Vuollekodin uusittavan osaston rakennustyöt. Tapahtuman tavoitteena oli saada osallistujille hyvä mieli ja onnistumisen kokemuksia sekä lisätä voimavaroja omaan jaksamiseen.

Toiminnallisen tapahtuman arviointimenetelminä käytin alkuhaastattelua, palautekyselylomaketta ja suullista palautetta sekä itsearviointia.

## 2 PSYKKINEN JA SOSIAALINEN TOIMINTAKYKY

### 2.1 Psykkisen toimintakyvyn arviointi ja tukeminen

Arvioimalla psyykkistä toimintakykyä hoitaja saa tietoa vanhuksen kognitiivisista toiminnoista eli oppimisesta, muistamisesta, kielellisistä toiminnoista, ongelmanratkaisusta ja ajattelusta. Psykkisen toimintakyvyn arvioinnissa voidaan käyttää vapaamuotoisia haastatteluja, havainnointia ja erilaisia arviointimittareita. Toimintakyvyn arviointi on haastavaa ja se vaatii hoitajalta asiaan paneutumista ja huolellisuutta.

Muistivaikeudet ovat yleisiä, eivätkä ne aina merkitse dementoivaa sairautta. Toimintakykyä haittaavan ja vanhusta tai hänen omaisiaan huolestuttavan muistihäiriön syy on aina aiheellista selvittää. Muistin ja tiedonkäsittelyn tasoa selvitetään kognitiivisilla testeillä. Yleisimmin käytetty on MMSE-testi (Mini-Mental State Examination). Testillä mitataan orientaatiota, tarkkaavaisuutta, keskittymiskykyä, mieleen painamista, kielellisiä kykyjä, hahmottamista ja laskutaitoa. Tarvittaessa voidaan tehdä tarkempi kognitiivinen tutkimus CERAD, joka on kehitetty erityisesti Alzheimerin taudin varhaiseen toteamiseen.

Vanhuksen psyykkistä toimintakykyä arvioitaessa on muistettava arviointiperusteiden suhteellisuus. Arviointi edellyttää tutustumista vanhukseen ja hänen elämänhistoriaansa. Arvioinnissa on huomioitava vanhuksen ikävaihe, elämäntapa ja kulttuuritausta. (Lähdesmäki & Vornanen 2009, 76.)

Vanhuksen psyykkisen toimintakyvyn tukeminen on tavoitteellista toimintaa, jonka avulla vanhusta tuetaan mahdollisimman itsenäiseen suoriutumiseen ja terveyden ylläpitämiseen. Psyykkisen toimintakyvyn tukemisessa korostuu vanhuksen omien voimavarojen etsiminen ja niiden löytäminen. Vanhus tarvitsee arjesta selviytymiseen omaehtoista aktiivisuutta ja mahdollisuuden toimia itse. Hoitajan on annettava vanhukselle tilaa tehdä itsenäisiä päätöksiä ja mahdollisuus hoitaa omia asioitaan. Hoitajan tehtävänä on motivoida ja kannustaa omatoimisuuteen. Vanhuksen hyvinvoinnin kannalta psyykkisen toimintakyvyn säilyminen on tärkeä asia ja sitä edistämällä voidaan vähentää hoidon ja avun tarvetta. (Lähdesmäki & Koistinen 2009)

## 2.2 Sosiaalisen toimintakyvyn arviointi ja tukeminen

Sosiaalisen toimintakyvyn arvioinnin avulla saadaan tietoa vanhuksen ihmissuhteista, sosiaalisista taidoista, vuorovaikutustaidoista ja kiinnostuksen kohteista. Sosiaalisen toimintakyvyn arvioinnissa voidaan käyttää apuna haastatteluja, havainnointia, sosiaalisen toimintakyvyn arviointimittareita ja neuropsykologisia tutkimuksia. Vanhuksen sosiaalinen verkosto tarkoittaa ihmissuhteita, joiden pohjalta muodostuu hänen sosiaalinen identiteettinsä. Sosiaalisen verkoston näkyväksi tekemisen apuväline on verkostokartta. Verkostokartan avulla voidaan kuvata vanhuksen ihmissuhteiden kokonaisuus ja sen avulla voidaan kartoittaa tukiverkostoja ja yhteistyötahoja. (Lähdesmäki & Vornanen 2009, 82.)

Sosiaalisen toimintakyvyn tukemisen keskiössä on hoitajan ymmärrys siitä, että vanhus tarvitsee toisia ihmisiä ja yhteisöllisyyden tunnetta. Sosiaaliset suhteet ja sosiaalinen aktiivisuus ovat yhteydessä fyysiseen ja psyykkiseen toimintakykyyn. Sosiaalinen osallistuminen ylläpitää itsetuntoa, lisää uskoa omiin kykyihin sekä vahvistaa tarpeel-



lisuuden tunnetta. Sosiaalisella tukemisella tarkoitetaan ihmissuhteisiin liittyvää terveyttä ja toimintakykyä edistävää toimintaa. Vanhuksen sosiaalisen ympäristön tulee antaa hänelle erilaisia sosiaalisia mahdollisuuksia luoda turvallisuutta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Lähdesmäki & Koistinen 2009)

### 2.3 Tutkimuksia ikäihmisten hyvinvoinnista

Aikuisten terveys-, hyvinvointi ja palvelututkimus (ATH) luo kunnille, alueellisille ja kansallisille toimijoille edellytyksiä seurata hyvinvointiin liittyvien palveluiden käyttöä, tarvetta ja koettua riittävyyttä. Kunnat voivat osallistua tutkimukseen yhteistyössä Terveystieteiden ja hyvinvointilaitoksen kanssa ja kerätä oman alueensa tarpeiden mukainen otos. Tutkimustulosten avulla voidaan seurata hyvinvoinnissa tapahtuvia muutoksia. Tutkimuksesta kerättyä tietoa käytetään kansallisen terveystieteiden arvioinnissa ja suunnittelussa.

Viimeisimmän ATH:n tutkimustuloksen mukaan 55–74 -vuotiaista 56% ja yli 75-vuotiaista 52% kokee elämänlaatunsa keskimääräistä paremmaksi.

Itsensä suurimman osan aikaa onnelliseksi kokeneiden osuus 55–74 -vuotiaista oli 54% ja yli 75-vuotiaista 50%.

Ihmissuhteisiinsa tyytyväisiä 55–74 -vuotiaista oli 81% ja yli 75-vuotiaista 83%.

(Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2017)

Brightonin yliopistossa tehdyssä tutkimushankkeessa on tutkittu ikääntyvien ihmisten hyvinvointia ja sitä, miten sitä syntyy. (University of Brighton www-sivut 2017) Tutkimushankkeen toteuttivat yliopistotutkijoiden kanssa vapaaehtoistyöntekijöiden ryhmä. Tutkimustuloksena tunnistettiin monia asioita, jotka vaikuttavat ikääntyneiden hyvinvointiin. Resurssit keskittyivät kahteen pääaiheeseen: tukemaan ihmisiä niissä tilanteissa, joissa he joutuvat tekemään vaikeita päätöksiä ja hoitamaan ihmissuhteitaan sekä tilanteisiin, joissa ikäihmiset joutuvat mukautumaan muutoksiin, joissa heidän on vastaanotettava hoitoa muilta ihmisiltä.

Tutkimuksen mukaan hyvinvointi tarkoittaa eri ihmisille eri asioita. Asioita koetaan eri tavoin, jolloin selvää yksiselitteistä hyvinvoinnin mitta ei ole. Tutkimushankkeen tuloksena syntyi oppimislähteeksi tarkoitettu elokuva ja käsikirja, jotka käsittelevät ikääntyneiden ihmisten hyvinvointia. Nämä materiaalit on tarkoitettu kaikille niille, jotka työskentelevät vanhempien ihmisten kanssa eri sektoreilla, vanhusten lähipiirin tai omaisten kanssa tai muussa vanhusten hyvinvointia tukevassa toiminnassa. (University of Brighton www-sivut 2017)

### 3 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TARKOITUS

Opinnäytetyöni oli toiminnallinen projektityö. Projektityön tarkoituksena oli suunnitella, toteuttaa ja arvioida vanhuksille ja heidän läheisilleen suunnattu tapahtuma Palvelutalo Vuollekodissa 25.8.2017.

#### 3.1 Päätaavoite

Opinnäytetyöni päätaavoitteena oli järjestää vanhuksille tapahtuma, joka tuo heidän arkeensa toivottua vaihtelua ja virkistystä. ”Eloa ja iloa Vuollekodilla”- tapahtuman tarkoituksena oli ikäihmisten kokoontuminen yhteen, kannustaen heitä ylläpitämään sosiaalisia suhteita ja osallistaa yhteiseen tekemiseen. Yhdessä oleminen ja tekeminen on mukavaa ja kaikki tarvitsevat toisen ihmisen läsnäoloa. Taavoitteena on myös saada omaisia enemmän mukaan vanhuksen arkeen ja saada omaiset näkemään vanhuksen jäljellä olevat voimavarat ja sen, että he ovat edelleen kykeneviä nauttimaan uusista kokemuksista.

Ilon tiedetään tuottavan ihmiselle myönteisiä kokemuksia, hyvinvointia ja terveyttä. Ilo ikään kuin nostaa ihmisen arjesta, pienikin ilon aihe liikuttaa vanhusta ja antaa hänelle voimaa. Tärkeätä on kiinnittää menetysten ja ongelmien sijaan huomio vanhuksen pätevyyyteen, osaamiseen ja vahvuuksiin ottaen huomioon omaisen keskeisen voimavaraistavan roolin. Erilaisilla luovilla ja kulttuuripainotteisilla työmuodoilla on

onnistuttu tukemaan ikääntyneiden voimavaroja ja toimintakykyä. Esim. muistelutyö, musiikki, verkostotyö ja kuntouttava sosiaalityö. (Näslindh-Ylispangar 2012, 173.)

### 3.2 Osatavoitteet

Osatavoitteenani oli tapahtuman avulla saada näkyvyyttä Vuollekodin palvelutalolle sekä saada muitakin innostumaan samantapaisten tapahtumien järjestämisestä.

Mediassa on aika ajoin ollut negatiivista informaatiota vanhustenhoitoon liittyen. Mediassa on annettu ymmärtää, että vanhusten olot hoitolaitoksissa ovat ankeat ja tylsät. Järjestämälläni tapahtumalla haluan osoittaa sen, että ainakin palvelutalo Vuollekodin asukkaille järjestetään virikkeellistä toimintaa ja että eläminen vanhana ihmisenä laitoksessa on edelleen elämisen arvoista ja mielekäästä.

Tapahtuman yhtenä osatavoitteenani oli myös kerätä mahdollisimman paljon arpajais-tuloja, jotka tullaan myöhemmin käyttämään vanhusten viriketoimintaan. Tulevaisuuden visioni on mm. järjestää vanhuksille retki uimarannalle, kesällä 2018. Suunnitelmissa on myös käynti taidenäyttelyssä, Emil Cedercreutzin museossa, Harjavallassa. Museokäynti on tullut toiveena myös Vuollekodin asukkaalta ja se on helposti järjestettävissä, koska museo on naapurikaupungissa.

#### 3.2.1 Asukkaan tunnustaminen palvelutalossa

Elämässä pitää aina olla jotain, mitä odottaa. On tärkeää huomioida myös vanhusten arjessa se, että hekin katsovat aikaa eteenpäin. Ympäri vuorokautisessa hoidossa elävien iäkkäiden ihmisten hyvinvointia voidaan parantaa tunnustamalla heidät yksilöinä ja persoonina. Tunnustamisen teorian lähtökohta on, että ihmiset haluavat tulla arvostetuiksi, rakastetuiksi ja kunnioitetuiksi eli tunnustetuiksi ihmisinä. (Gerontologian tutkimuskeskuksen www-sivut 2017)

Ihmisen vanhetessa ja muutettaessa ympärivuorokautiseen hoitoon, nämä inhimilliset perustarpeet eivät häviä minnekään.

Palvelutalossa tunnustamista tukevat:

1. Yksityisyyden tukeminen

2. Aiemman elämäntyylin tukeminen
3. Asukkaiden toiveiden huomioiminen
4. Huumori
5. Tunneilmaisujen tukeminen (Pirhonen 2017)

## 4 PROJEKTIN TAUSTA JA TARVE

### 4.1 Viriketoimintahaastattelu

Tämän opinnäytetyön suunnittelun tarve lähti laatimani virikehaastattelun pohjalta. (Liite 1.)

Haastattelu on yksi tiedonhankinnan perusmuoto, jonka avulla voidaan saada syvällistäkin tietoa. Haastattelu tehtiin Palvelutalo Vuollekodin kahdeksalle asukkaalle keväällä 2017. Halusin haastattelullani kartoittaa asukkaittemme toiveita virikkeellisestä toiminnasta ja heidän mielenkiinnonkohteistaan. Haastattelut toteutin eettisten periaatteiden pohjalta yksilöhaastatteluina. Pyysin asukkailta ensin suullisesti luvan haastatteluun ja keskustelin heidän kanssaan kahden kesken heidän omissa asunnoissaan.

Keskustelut olivat hyvin antoisia ja välillä keskustelu ajautui muistoihin ja asukkaat kertoivat mm. ajasta, jolloin ei ollut muita harrastuksia kuin kodin työt. Monella vanhuksella lapsuus ja nuoruus koostui kodintöistä ja nuorempien sisarusten hoidosta ja huolehtimisesta. Välillä vanhukset myös selvästi herkistyivät miettimään rankkojakin kokemuksia, mutta kokivat selviytymisen myös kasvattavana ja voimaannuttavana kokemuksena. Haastateltaessa jouduin hieman ohjaamaan vanhusta seuraavaan kysymykseen, koska tarinaa tuli niin runsaasti. Haastattelut kestivät henkilöstä riippuen kymmenestä minuutista tuntiin. Koin, että vanhukselle oli tärkeää päästä puhumaan näistä asioista ja myös minulle tämä oli oikein avartava kokemus.

Haastattelun toteutin käyttäen apunani kyselykaavaketta. Tehtävänäni oli samalla havainnoida haastateltavan vanhuksen ajatuksia, kokemuksia ja tunteita. Kirjasin paperille viriketoimintaan liittyviä toiveita sitä mukaan, kuin niitä nousi esille. Huonokuuloisille vanhuksille esitin kysymykset kovemmalla äänellä ja vanhuksen ajatuksen katkettua autoin hänet takaisin käsiteltävään asiaan. Haastattelu oli vuorovaikutustilanne, jota kysymykset tukivat.

Haastattelemisen tutkimuksen osana on vuorovaikutustilanne, jolle luonteenomaisia piirteitä ovat, että haastattelu on ennalta suunniteltu ja haastattelijalla on tutustunut kohteeseen sekä käytännössä että teoriassa. Tavoitteena on, että haastattelijalla saa luotettavaa tietoa tutkittavan ongelman kannalta tärkeiltä alueilta. (Hirsijärvi & Hurme 2000, 43.)

Haastattelukaavake koostui kolmesta kysymyksestä:

1. Mitä harrastat tai olet harrastanut nuorempana? Mitkä ovat mielenkiinnon kohteesi?
2. Mikä Vuollekodin virkistystoiminta tai järjestetty tapahtuma on jäänyt mieleesi? Miksi?
3. Millaista virike-/virkistystoimintaa haluaisit Vuollekotiin? (kesällä/talvella)

#### 4.2 Haastattelun tulos

Haastattelu oli leppoisa seurusteluhetki, jossa vuorovaikutusta oli molemmin puolin. Haastattelut kestivät toisten vanhusten kanssa jopa tunnin, koska he innostuivat kertomaan lapsuudestaan ja nuoruudestaan sekä välillä käytiin läpi tunteita laidasta laitaan. Oli hienoa huomata miten tärkeää heille oli kertoa omaa tarinaansa ja se, että joku oli siitä aidosti kiinnostunut. Mielestäni tämäkin kokemus oli osaltaan virikkeellistä toimintaa, muistelua ja vanhuksen omakuvan selkeyttämistä. Laatamani kysymykset toimivat siis pohjana hyvälle keskustelulle.

Tällä hetkellä Vuollekodissa hoitohenkilökunta pitää torstaisin suunnittelupalaverin, jossa yhdessä mietimme ja suunnittelemme seuraavan viikon viriketoimintaa. Kahteen

eri ”tiimiin” jaettu hoitohenkilökunta suunnittelee oman ohjelmansa. Talon ulkopuolisten tahojen mm. seurakunnan, SPR:n ja muiden vapaaehtoistoimijoiden järjestämiin tapahtumiin osallistuvat molempien ”asukastiimien” vanhukset.

Koko viikon ohjelma on nähtävissä Vuollekodin ilmoitustauluilla ja lisäksi viriketoiminta kirjataan joka päivä erikseen vielä aulan isolle ilmoitustaululle.

Lähes kaikilla haastateltavilla yhtenä toiveena virikkeelliseen toimintaan oli musiikki, eri muodoissa. Haastattelun tuloksena esille nousi selvästi virikkeellisen toiminnan lisäämistarve. Vuollekodissa olevat virikkeelliset hetket koettiin hyvin tärkeiksi. Osalle asukkaista myös hengelliset hetket, kuten hartaudet ja ehtoollinen koettiin tärkeiksi. Jumpat, tietokilpailut ja bingon peluu mainittiin useaan kertaan. Oman arvioni mukaan haastatteluista näkyi se, että viriketoimintaa toivottiin paljon lisää. Haastateltavat kertoivat siitä, miten mukavaa on aamulla katsoa ilmoitustaululta mitä ohjelmaa on tiedossa iltapäiväksi.

Kerroin haastattelun tuloksista Vuollekodin henkilökunnalle ja Vuollekodin Kannatusyhdistys ry:n toiminnanjohtajalle. Yhdessä päätimme, että virikkeellistä toimintaa on lisättävä, koska niin moni vanhus kaipaa sitä ja se on myös hoitajille vaihtelua työpäivään. Haastattelujen yhtenä tärkeimpänä asiana esille nousi, pientenkin, arjesta poikkeavien virikehetkien järjestäminen. Pieni poikkeama päivään voi olla jo sekin, että ruokailusta asukasta ei viedäkään suoraa huoneeseen vaan hän voi jäädä pääaulaan kuuntelemaan esim. lehden lukua.

Haastatteluni tuottaman tuloksen pohjalta tulemme Vuollekodin palvelutalossa panostamaan virikkeelliseen toimintaan koko henkilökunnan voimin vielä nykyistäkin enemmän.

Huomioimme viriketoiminnassa vuodenajat ja juhlapyhät, mutta jatkossa voisimme yhdessä laatia viriketoiminnasta laajemman suunnitelman, ns. vuosikello-mallin. Vuosikello-mallilla pystyisi selkeyttämään tulevaa toimintaa ja ennakoimaan mm. tarvittavissa hankinnoissa; askartelumateriaalit yms. Panostaminen virikkeelliseen toimintaan vaatii jokaiselta työntekijältä vastuullisuutta ja sitoutumista.

”Vuosikello” on toimintamalli, josta nähdään koko vuoden aikataulusuunnitelma yhdellä silmäyksellä. Vuosikelloa voidaan hyödyntää monen eri toiminnan suunnittelussa ja arvioinnissa. Vuosikellosta saadaan paras hyöty siten, että se täytetään kuluvan vuoden alussa ja sitä täydennetään tarpeen mukaan vuoden aikana. (Lyytikäinen 2013)

Ehdotin työyhteisössäni vähän laajemman ja osallistavan viriketapahtuman järjestämisestä muiden aktiviteettien lisäksi. Ideani otettiin innolla vastaan. Sain vapaat kädet tapahtuman suunnitteluun ja minulle oli alusta asti selvää, että tarvitsen projektin toteutuksessa yhteistyökumppaneita.

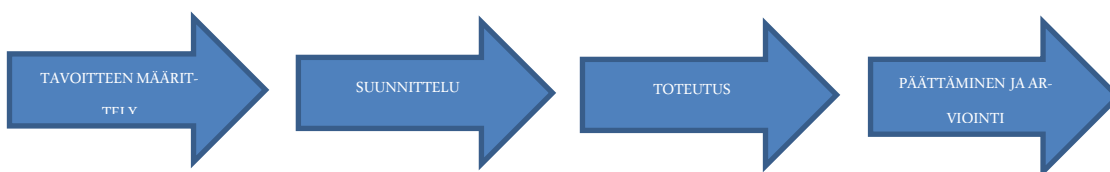
Koska toiminnalliselle tapahtumalle oli haastattelun tulosten pohjalta tarvetta, päätin toteuttaa tämän projektin opinnäytetyönäni.

## 5 PROJEKTIN SUUNNITTELU

### 5.1 Toiminnallisen projektityön vaiheistus

Suunnitelmani oli tapahtuma, joka koostui erilaisista toiminnoista, mutta työskentelyni eteni projektityön periaatteiden mukaan. Projektityölle on asetettu määräaika, aikataulu, tavoitteet ja tehtävän projektin aikana on kehitetty jotain uutta (Salonen 2013). Projektityö on työtä, jossa on asetettu projektin määräaika, sen tavoitteet, projektiresurssit ja aikataulu. Yksittäinen projektityö on melko puhtaasti työtä, joka suunnitellaan, toteutetaan ja arvioidaan vailla selkeää, kirjoitettua ja lähteisiin perustuvaa käsittejärjestelmää. (Salonen 2013, 11.)

Projektin idea voi liittyä uuden palvelun tai tuotteen kehittämiseen. Projekti voi saada alkunsa tarpeesta ratkaista jokin ongelma. Riippumatta siitä, mistä idea on syntynyt, on tarpeen täsmentää projektin perimmäinen vaikutin. Aluksi ideoita syntyy paljon, ja jotkin niistä todetaan harkinnan jälkeen kehittämisen arvoisiksi. (Lööw 2002, 22.)



Kuvio 1. PROJEKTIN SUUNNITTELU PROSESSINA

Tässä projektissa *tavoitteen määrittely* oli onnistunut tapahtuma ja kaikkien määriteltyjen tavoitteiden (osallistuvuus, toimiva yhteistyö, näkyvyys & tapahtumien järjestämisen jatkumo) toteutuminen. Projektisuunnitelmaan kirjatut tavoitteet kertoivat, mihin projektilla pyrittiin. (Kuvio 1.)

*Suunnitteluvaiheena* oli idean työstäminen tapahtumaksi, yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa. Tavoitteisiin pyrkiminen on aina projektityön toimintaa, joka realisoituu projektin tuotoksena tai toteutuksena. (Suopajärvi 2013, 11.)

Tuotos eli tässä opinnäytetyössä *Toteutus* oli järjestetty tapahtumapäivä eri toimintoihin. Projektin *päättäminen ja arviointi* tapahtui palautekyselyn purulla ja itsearviointilla. Arvioinnissa pohdittiin projektisuunnitelman pitävyyttä vs. tapahtuman toteutukseen.

## 5.2 Yhteistyökumppanit

Palvelutalo Vuollekoti sijaitsee Vuollettiellä, Kokemäellä ja sen toiminnasta vastaa Vuollekodin Kannatusyhdistys ry. Yksityinen palveluntuottaja, Vuollekoti tarjoaa ympärivuorokautista, tehostettua palveluasumista ikäihmisille ja muistisairaille.

Asukaspaikkoja on 44. Pienryhmiä Vuollekodissa on 4; Tammentupa, Koivutupa, Omenatupa ja Pionitupa. Palvelutalo Vuollekoti tarjoaa myös lyhytaikaishoitoa ja myös säännöllisesti toistuvaa intervallihoidtoa Pionitupa-osastolla. Vuollekodin piirissä olevat kannatusyhdistyksen omistamat rivitaloasunnot; Salava-asunnot on tarkoitettu vuokra-asumiseen ja ne soveltuvat hyvin ikäihmisille ja toimintarajoitteisille asukkaille.

Vuollekodin kannatusyhdistys ry:llä on pienempi vapaaehtoisjaosto; Vuollekodin naistoimikunta, joka toimii vapaaehtoisten voimin. Naistoimikunta järjestää erilaisia tapahtumia vanhuksille. Naistoimikunta on toiminut vuodesta 1964. Esitin tapahtumasta teettämäni suunnitelman (Liite 2.) Vuollekodin naistoimikunnalle, jäsenten kokouksessa 22.5.2017. Vastaanotto oli innostunutta ja he lupasivat auttaa tapahtuman



järjestämisessä. He lupautuivat auttamaan mm. arpajaisten järjestämisessä, askartelussa ja lupasivat järjestää tapahtumaan elävää musiikkia. Kokouksessa tuli esille muutamia ideoita, joita voitaisiin tapahtumassa käyttää. Yhteistyökumppaneinani tapahtuman suunnittelussa ja toteutuksessa olivat tietysti myös Vuollekodin henkilökunta; toiminnanjohtaja, sihteeri, hoitohenkilöstö, keittiön väki, talonmies sekä siistijä. Opin näytetyöntekijänä suunnittelin ja kerroin ideani eteenpäin ja yhdessä muokkasimme toimintoja tapahtumaan sopiviksi. Tapahtumassa tarvittavia tarjoiluun liittyviä asioita suunnittelin yhdessä keittiöhenkilökunnan kanssa.

### 5.3 Kohderyhmä

Kohderyhmän määrittämisessä voidaan käyttää erilaisia ominaisuuksia kuten henkilön ikää, koulutusta tai asemaa työyhteisössä. Tärkeää on myös miettiä mikä on ongelma, jota ollaan ratkaisemassa ja ketä tämä ongelma koskee. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 39.)

Ihminen, joka on koko ikänsä ollut aktiivinen ja harrastanut erilaisia asioita, haluaa todennäköisesti jatkaa samaa elämäntyyliä vanhetessaankin. Toisaalta on myös vanhuksia, jotka ovat mieluiten omissa oloissaan, eivätkä halua osallistua ohjattuun toimintaan tai tapahtumiin. Toimintaa suunniteltaessa tuleekin kunnioittaa vanhuksen omaa kiinnostusta ja pyrkiä järjestämään toimintaa ja tapahtumia tältä pohjalta. (Laine ym. 2009, 218.)

Järjestettävän tapahtuman kohderyhmäksi valikoitui palvelutalo Vuollekodin asukkaat, heidän omaisensa ja läheisensä. Vuollekodin pihapiirissä olevien (ikäihmisten vuokra-asuntojen) Salavatalojen asukkaat ja Kokemäen kaupungin omistaman Palvelukeskus Henrikinhovin asukkaat ja heidän läheisensä. Henrikinhovin palvelukeskuksessa pitkäaikaisasukkaita on 38 ja lisäksi palvelukeskuksessa on 22 asukaspaikkaa lyhytaikaishoidossa käyville. Ongelmaksi Henrikinhovin asukkaiden saapumiselle koin asukkaiden toimintakyvyn vajavuudet ja sen, ettei heillä välttämättä ole saattajia, jotka voisivat tuoda heitä tapahtumaan.

## 5.4 Projektin aikataulu

Aikataulun laatiminen ja työmäärän arviointi ovat projektin valmistelun vaikeimpia asioita. Vasta projektin käynnistyttyä pystytään tarkemmin arvioimaan oikeita työmääriä ja aikatauluttaminen ovat projektin suurimpia haasteita. (Kettunen 2009, 60.) Työmäärien arviointi ei vielä kerro, kuinka paljon aikaa projektin läpivieminen vaatii. Jokaisessa projektissa on sisäisiä ja ulkoisia riippuvuuksia. Sisäinen riippuvuus voi olla esimerkiksi riippuvuus työntekijöiden vapautumisesta työn tekemiseen. Ulkoinen riippuvuus puolestaan voi olla riippuvuus julkishallinnon suorittaman lupakäsittelyn kestosta. (Kettunen 2009, 73.)

Tässä opinnäytetyössäni toteutuksen kannalta tärkeää oli suunnitella tapahtuman ohjelma ja aikataulu sopivaksi yhdessä Vuollekodin koko henkilökunnan ja yhteistyökumppaneiden kanssa. Tapahtumapäivän ajankohdaksi valittiin 25.8.17 Palvelutalo Vuollekodissa, klo 13.00–15.00. Kellonaikaan vaikutti se, että ko. ajankohtana hoito-henkilökuntaa oli eniten paikalla, eli sekä aamu- että iltavuorolaiset. Ajankohta ajoittui vielä kesäiseen vuodenaikaan; ajatuksena terassilla oleminen, grillauksen merkeissä. Tapahtuman nimikin tuli osittain elettävästä kuukaudesta; elokuusta. ”Eloa ja iloa Vuollekodilla” -tapahtumapäivän ajankohtaan vaikutti myös Vuollekodin osastolla tehtävät remonttityöt. Tapahtuman ohessa vieraille järjestettiin tutustuminen Vuollekodin uusitun osaston; Pionituvan tiloihin. Pionitupa on yksi Vuollekodin neljästä osastosta, jossa on 8 asukashuoneistoa, oma keittiötila, saunaosasto ja hoitajien toimisto.

Tapahtumapäivän suunnittelussa apunani käytin projektipäiväkirjaa, johon keräsin havaintojani, tein arvioita ja merkitsin sitä mukaa asioita, joita tapahtumaa varten hoidin. Projektipäiväkirjaan tehdään muistiinpanoja ja toimenpidesuunnitelmia. Näistä tiedoista on apua tulosten seurannassa. Lisäksi muistiinpanot ovat hyviä pohjatietoja lopuraportin laadinnassa. (Lööw 2002, 242.) Projektipäiväkirjani selkeytti ajatuksia ja sen avulla pystyi jäsentämään projektin vaatimia toimenpiteitä ja projektin etenemistä. Raportoin yhteistyökumppaneitani aikataulusta ja koko prosessin ajan mietin mahdollisia uusia toimintoja tapahtumapäivään.

### 5.5 Projektin rahoitussuunnitelma

Projektityön suunnittelua tein omalla ajallani. Työaikaani käytin vain tarvittaviin infotilaisuuksiin ja tiedottamiseen yhteistyökumppaneilleni. Kustannuksia tapahtuman tilavuokraa varten ei tullut, koska tapahtuma järjestettiin sovitusti palvelutalo Vuollekodilla.

Vuollekodin toiminnanjohtajan kanssa sovimme, että tapahtumapäivänä hoitotyöntekijöiden työaika suunnitellaan siten, että työvuorossa on mahdollisimman paljon avustavaa henkilökuntaa. Normaalisti iltavuoro alkaa klo 13.00, mutta tapahtumapäivänä iltavuorolaiset tulivat työpaikalle jo klo 12.00. Vuollekodin Kannatusyhdistys ry lupautui kustantamaan tapahtuman tarjoilut. Vuollekodin naistoimikunnan jäsenet lupasivat hankkia askartelupisteessä käytettävät tarvikkeet sekä antaa arpajaisvoittoja arpajaisiin. Haitarinsoittajat lupautuivat tulla esiintymispalkkiotta viihdyttämään tapahtuman vanhuksia ja heidän omaisiaan.

Arpajaispalkintoja hankkivat Vuollekodin henkilökunta mm. lahjoituksina kaupungin yritysiltä. Isommat pääpalkinnot lupasi hankkia Vuollekodin toiminnanjohtaja. Suomi 100 vuotta -teeman oheismateriaalit opinnäytetyöntekijä hankki Satakuntaliiton aluekoordinaattorilta sähköpostitse ja tuotteet tulivat kuluitta postitse.

### 5.6 Resurssit ja riskit

Yksi projektityön haasteista on resurssien hallinta projektin aikana. Lähes jokaisessa projektissa tulee ongelmia jonkin resurssin saatavuuden tai käytön osalta. Resurssit, jotka useimmiten nousevat projektissa keskustelun alle, ovat projektin tekijät, osaaminen, raaka-aineet ja laitteisto. Projektissa tulee eteen tilanteita, jolloin tehtyjä suunnitelmia pitää muuttaa. (Kettunen 2009, 162.) Projektisuunnitelmaan pitää liittää riskianalyysi, joka heijastaa projektin liittyviä mahdollisia riskejä. Riskejä täytyy seurata koko projektin ajan. (Karlsson & Marttala 2001, 61.)

”Eloa ja iloa Vuollekodilla”- tapahtuman suunnittelusta vastasi opinnäytetyöntekijä yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa. Joitakin esille tulleita ideoita piti prosessin

edetessä karsia, koska ne eivät onnistuneet. Tapahtuma suunniteltiin alun alkaen järjestettäväksi osittain ulkona, terassitiloissa. Tämä ei kuitenkaan onnistunut, koska Vuollekodin sisäpihalla tehtävä piha -ja terassiremontti oli tapahtumapäivänä vielä kesken. Tapahtumapäivä toteutettiin Vuollekodin sisätiloissa. Tämä ei kuitenkaan vaikuttanut tapahtuman toimintoihin.

Riskiksi nousi myös kutsussa ilmoitetun tutustumiskäynnin uusittuun Pionitupa- osastoon toteutuminen. Vielä tapahtumapäivän aamuna työmiehet remontoivat uutta osastoa. Tutustumiskäynti kuitenkin toteutui, vaikka osaston viimeistely oli kesken. Vieraat näkivät uusitun tilan ja uudet rakennusmateriaalit sekä keittiökalusteet.

Taloudellista riskiä ei ollut, koska tapahtuma järjestettiin Vuollekodin tiloissa, eikä siitä peritty vuokraa. Myös tarjoilut kustansi Vuollekodin kannatusyhdistys ry. Mahdollinen tapahtumapäivän toteutumiseen liittyvä riski oli lähinnä osallistujien puute. Tapahtumapäivä ajoittui kellonaikaan, jolloin monen asukkaan omaiset olivat vielä työpaikoillaan. Mietin myös pääsevätkö talon ulkopuolella asuvat vanhukset paikankäälle; onko heillä saattajia, ulkopuolista hoitohenkilökuntaa tai muita avustajia.

## 5.7 Arviointisuunnitelma

Organisaation ainoa mahdollisuus jatkuvasti kehittää projektiosaamistaan on arvioida, miten projektityöskentely on sujunut. Arvioinnin tarkoituksena on tehdä projektista saadut kokemukset käyttökelpoisiksi. Arvioinnissa keskitytään seuraaviin seikkoihin: projektin suunnitelma, riski-analyysi, projektiorganisaatio, projektin tavoitteen lopullinen määrittely ja tavoitteiden toteutuminen. (Karlsson & Marttala 2001, 98–99.)

Asiakasarvioinnille, kuten muullekin arvioinnille pitää olla syy. Asiakasarviointi voi olla palvelun kehittämistä tai tehostamista, palvelun vaikuttavuuden arviointia tai halua lisätä asiakkaiden vaikutusmahdollisuuksia. Seuraavat kysymykset ohjaavat arvioinnin suunnittelua: Mistä asioista halutaan tietoa? Miten suurelta joukolta tietoa haetaan? Miten tietoa kerätään? Kuka koostaa kerätyn tiedon? Kenelle tuloksista tiedotetaan ja missä laajuudessa? Tärkeintä on, että saatua palautetta hyödynnetään toiminnan kehittämisessä.

Itsearviointi on projektin toiminnan arviointia, jossa arvioidaan sen toteutumista suhteessa tavoitteisiin. Itsearvioinnissa tarkastellaan kriittisesti omaa toimintaa ja tietoa käytetään organisaation toiminnan kehittämisessä ja korjaamisessa. Arvioinnissa pitäisi pystyä vastaamaan kolmeen kysymykseen: Teimmeko mitä lupasimme? Saimmeko aikaan muutosta? Teimmeko oikeita asioita? (Terveiden ja hyvinvointilaitoksen www-sivut 2017)

Tapahtuman osallistujilta pyysin palautteen palautelomakkeella. (Liite 3.) Palautelomakkeen kysymykset laadin itse, mutta kysyin mielipiteitä myös Vuollekodin hoitohenkilökunnalta sekä opinnäytetyön ohjaajaltani. Palautelomakkeen kysymykset koostuivat selkeistä ja lyhyistä kysymyksistä. Kysymykset olivat seuraavanlaiset:

1. Minkä arvosanan, asteikolla 1–10, annat ”Eloa ja iloa Vuollekodilla”- tapahtumalle?
2. Mistä pidit eniten ja toiko päivän anti sinulle jotain uutta?
3. Tunsitko pystyväsi osallistumaan tapahtuman toimintoihin?
4. Millaisia tapahtumia toivot jatkossa järjestettävän?
5. Vapaa sana.

Palautteita ja niistä esiin tulleita toiveita ja ideoita käytettäisiin jatkossa hyödyksi, uusien tapahtumien järjestämisessä. Palautteet käydään läpi vielä koko henkilökunnan kanssa, jolloin voimme yhdessä suunnitella tapahtumaa, jossa olisi käytössä palautteissa esille tulleita elementtejä ja ideoita. Näin voimme toteuttaa asukas- ja vanhuslähtöistä viriketoimintaa jatkossakin.

## 6 TAPAHTUMAAN VALIKOITUIJEN TOIMINTOJEN PERUSTELU

Sosiaalista ympäristöä kuvataan nykyisin sosiaalisen pääoman käsitteellä (Hyypä 2008). Sosiaalinen pääoma tarkoittaa väestölle ominaista yhteisöllisyyttä, jossa keski-

näinen luottamus auttaa osallistumaan ja toimimaan kansalaisverkostoissa. Ihmisyhteisön jäsenenä ihmiset perivät maailmankuvansa ja sen viitoittaman elämisen tavan. He omaksuvat samalla tunnesuhteensa ja tapansa elää yhteisössä muiden ihmisten kanssa. Väestön peruskulttuuri voi sisältää yhteenkuuluvuuden tunteen, jota voidaan kutsua me-hengeksi. Sosiaalinen pääoma edistää mielenterveyttä. Yhteisöllisyyden eli sosiaalisen pääoman vaikutukselle voidaan esittää erilaisia selityksiä. Kulttuuri- ja taidelharrastusten synnyttämät elämykset ja tunteet voidaan käsittää sosiokulttuurisen ympäristön ilmentymiksi. Emootiot ja niiden vaikutukset terveyteen ilmaantuvat ihmisten välisistä suhteista ja vaikuttavat mielenmallien muodostamiseen. Mielenmalleilla tarkoitetaan aistimismalleja, asiayhteyksiä, ajan, tilan ja järjestyksen tajua. Minätietoisuus kopioidaan kanssaihmisiltä. (Hyypä 2008, 531.)

Ikäihmisen kokemus kokonaisvaltaisesta olemassaolosta ja elämästä on merkityksellinen. Jokaisella vanhuksella on yksilöllisiä tarpeita, joita hän kokee ainutlaatuisella tavalla. Vuosien saatossa on painotettu ihmisen hyvinvoinnin kannalta kokonaisvaltaisuuden eri tekijöiden kuten ympäristöä, fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja hengellistä ulottuvuutta, ihmisen tarpeita sekä rooli- ja riippuvuus-suhteita. Myös toimijuus ja mielekäs tekeminen ovat osa ihmisen kokonaisvaltaisuutta. Kokonaisvaltaisella lähestymistavalla kunnioitetaan vanhuksen olemassaoloa ja ainutkertaisuutta. (Näslindh-Ylispangar 2012, 189.)

## 6.1 Muistelu

Muistelutyö on ammatillinen menetelmä, joka vahvistaa itsetuntoa, auttaa jäsentämään omaa elämää ja sitä kautta lisää omia voimavaroja. Se antaa rohkeutta tarkastella omaa elettyä elämää. Kun muistelutyössä käytetään luovia, taidelähtöisiä työtapoja, saadaan aikaan elämyksellistä ja yhteisöllistä toimintaa.

Jokaisella sukupolvella on omia sukupolvimuistoja. Aika yhdistää ihmisiä ja tietystä aikakaudesta muistetaan yhteisiä tärkeitä asioita ja tapahtumia. (Hohenthal-Antin 2009, 23.)

Esineet kantavat muistoja, jotka siivilöityvät omien muistojen kautta ja tuovat mieleen asioita, tapahtumia ja kokemuksia. Ne toimivat hyvänä virikkeenä mm. dementoituneiden muistelutuokioissa. (Airila 2007, 45.) Ihmisen tulisi saada päivittäin onnistumisen elämyksiä, joihin muistelu tarjoaa mahdollisuuden. Lyhytkin muisteluhetki saa aikaan hyvän mielen, joka ainoanakin tuloksena on enemmän kuin tavoittelemisen arvoista. (Heimonen 1998, 106.)

Tämän teoriatiedon pohjalta muodostui ohjelma sellaiseksi kuin se oli. Sain idean hyödyntää omia, vanhoja keräilyesineitäni muisteluosiossa. Ajattelin, että esineet tuovat vanhuksille muistoja menneestä ajasta, heidän lapsuudestaan ja nuoruudestaan sekä samalla uutta tietoa meille nuoremmille, vanhusten tarinoiden muodossa. Muistelu osoittautui vuorovaikutukselliseksi kanssakäymiseksi ja koimme yhteisöllisyyden tunteita.

## 6.2 Musiikki

Musiikki toteuttaa ihmisen elämänkaaren aikana eräänlaista sisäistä merkityksenantoprosessia. Minä-tunteen kehittyessä myös elämän ja olemassaolon kannalta merkityksellisten tapahtumien muistiin tallentuminen vahvistuu. Tämän myötä musiikin merkitys ihmiselle muuttuu. Musiikki alkaa löytää yhteyksiä ja merkityksiä tajunnan sisäisestä, muistinvaraisesta työskentelystä. Se kertoo tarinoita omasta historiastamme. Näitä tarinoita musiikki tavoittaa myös vaikeasti dementoituneilta. Musiikki synnyttää muistelmia, herättää eloon rakkaita elämäntovereita ja antaa kokemuksia olemassaolosta. (Heimonen 1998, 69.)

Elävä musiikki muistuttaa ajasta, jolloin kaikki musiikki oli elävää. Mahdollisuus laulaa mukana tai hyräillä auttaa muistamaan ajan, jolloin kyseinen kappale tai sen esittäjä oli ajankohtainen. Musiikilla voidaan myös korostaa tunnelmaa. (Hohenthal-Antin 2009, 68.)

Tapahtumaan valitsin haitarimusiikin, koska haitari on instrumenttina vanha keksintö ja sen luoma musiikki sopi tapahtuman teemaan. Haitarimusiikki loi tapahtumaan myös hakemani tunnelman. Tiesin myös, että asukaskunnassamme on asukkaita, jotka nauttivat haitarimusiikista.

Harmonikka on kulkeutunut Suomeen 1800-luvun puolivälin jälkeen. Ensimmäiset harmonikat olivat pienikokoisia 1- ja 2- rivisiä ja niissä oli vain muutama bassonäppäin. Harmonikasta tuli nopeasti kansan ja pelimannien suosima soitin. 1920-luvulta alkaen harmonikansoittajia alkoi ilmestyä myös esiintymislavoille, silloin oli kehitetty jo 4- ja 5-rivisiä kromaattisia standardibassoharmonikkoja. Suomen ensimmäinen Kultainen harmonikka-kilpailu järjestettiin vuonna 1983, Sata-Häme Soi -juhlilla, Ikaalissa. (Suomen harmonikkaliitto [www-sivut](http://www.suomenharmonikkaliitto.fi) 2011)

### 6.3 Kädentaidot

Käsitöiden tekeminen kehittää ajattelun toimintoja ja tekemisen aikana koettu mielihyvä vahvistaa ihmistä eri elämäntilanteissa. Erilaisten tutkimusten mukaan käsitöiden tekeminen lievittää stressiä ja lisää mielen terveyttä. Käsitöihin liittyy positiivisia ajatuksia tulevaisuudesta, kun mielessä on valmistuva käsityö. Käsillä tekeminen kannustaa eteenpäin sekä antaa voimaa ja jaksamista muuhunkin toimintaan. Onnistumisen tunteet vahvistavat itsetuntoa ja antavat luottamusta omiin kykyihin. Käsillä tekeminen saa ajankulun unohtumaan ja se tarjoaa mahdollisuuden käsitellä omia ajatuksia. Onnistuneen lopputuloksen aikaansaaminen on aina voimaannuttava kokemus. (Vanhusystön keskusliiton [www-sivut](http://www.vanhusyston.fi) 2017)

Kognitiivisen motivaatiopsykologian mukaan psyykinen hyvinvointi on yhteydessä siihen, millaisia tavoitteita ihminen asettaa ja miten hän siitä arvioi. Henkilökohtaisten tavoitteiden arvioidun tärkeyden on havaittu olevan yhteydessä elämän tyytyväisyyteen, missä mielihyvää tuottavat pyrkimykset ovat merkittävässä asemassa. Kädentaitoja harrastuksenaan tekeväille toiminta on omaehtoista, haluttua ja mielihyvää tuottavaa toimintaa. (Vähälä 2003, 53.)

Vuollekodin viriketoimintana teemme pieniä askarteluja ja harjoitamme kädentaitoja. Asukkaat, jotka vielä kykenevät tähän toimintaan ovat olleet innokkaita askartelijoita. On ollut selvästi nähtävissä, että onnistuttuaan vanhukset saavat tästä mielihyvää ja



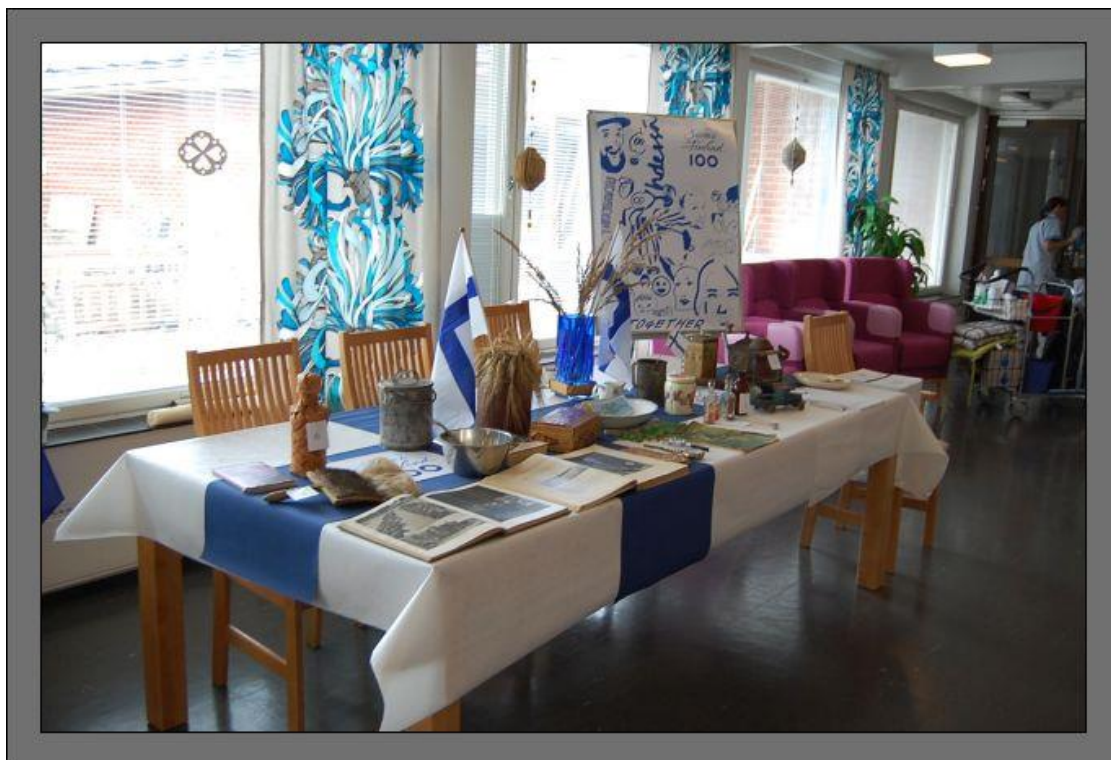
onnistumisen tunteita. Tiesin myös, että yhteistyökumppaniini, Vuollekodin naistoimikuntaan kuuluu innokkaita askartelu- ja käsityöihmisiä. Näin ollen ”kädentaidot” valikoituivat osaksi tapahtuman toimintoja.

## 7 TOTEUTUS

Tapahtuman kutsut (Liite 4.) lähetettiin sähköpostitse Vuollekodin asukkaiden omaisille 17.8.2017. Ilmoitustauluille Vuollekodille, asukashuoneisiin, Vuollekodin piha-  
piirissä olevien Aravatalojen asukkaille sekä Henrikinhoviin kutsut jaettiin 18.8.2017.

Tapahtumapäivä pidettiin perjantaina 25.8.2017, klo 13.00–15.00. Opinnäytetyöntekijä aloitti tapahtumaa varten tarvittavan valmistelun jo aamupäivällä. Pöytien ja huonekalujen siirtelyssä apuna olivat Vuollekodin henkilökunta. Mietimme yhdessä huonekalujen paikat niin, että tila olisi mahdollisimman helppokulkuinen, koska monella tapahtumaan osallistujalla olisi apunaan pyörätuoli. Vuollekodin pääaulaan, melko keskeiselle paikalle sijoitimme arpajaispöydän. Arpajaispalkintoja oli niin runsaasti, että laitoimme palkintoja varten kaksi pöytää.

Naistoimikunta saapui hyvissä ajoin paikalle ja he laittoivat askartelupisteen kuntoon. Suomi 100 vuotta -esittelypöytää (Kuva 1.) varten pöytien päälle aseteltiin valkoista ja sinistä paperiliinaa niin, että pöydälle muodostui Suomen lippu. Pöydän tavarat olivat suurimmaksi osaksi opinnäytetyöntekijän omia keräilyesineitä. Pöydällä oli mm. vanhoja maitotonkkia, kahvimylly, sota-ajan astioita, lasisia lääkepurkkeja, vanhoja rahoja, kirjoja ja lehtiä.



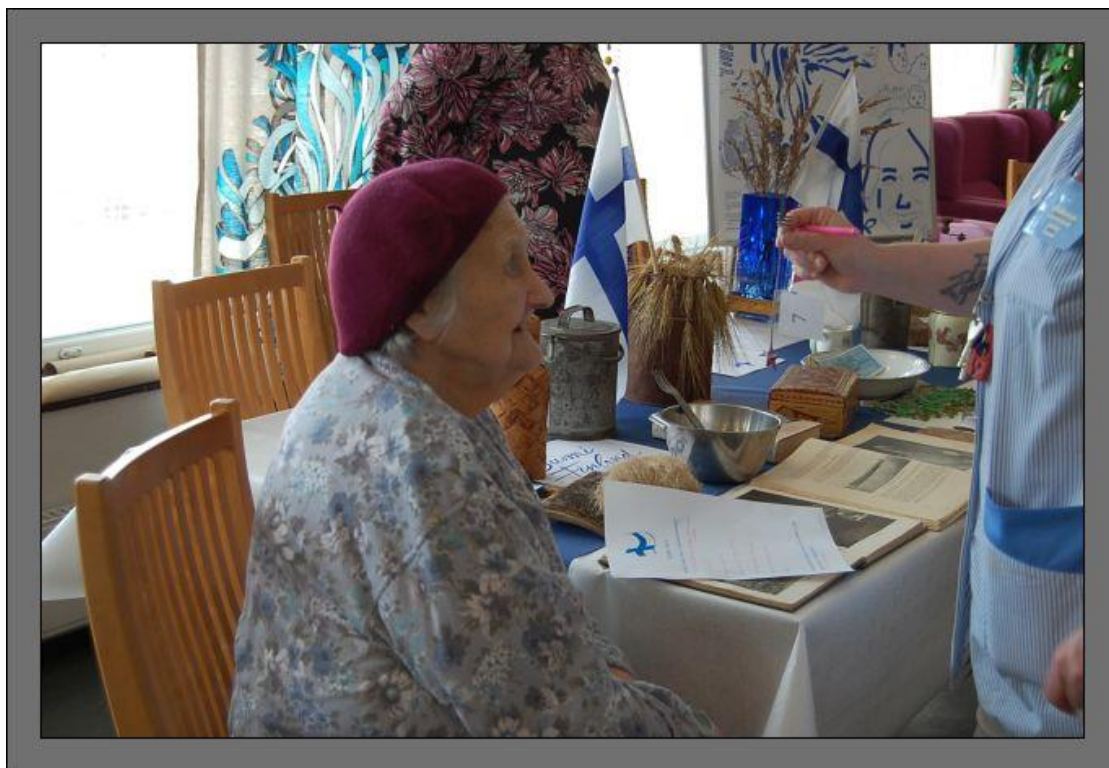
*Kuva 1. SUOMI 100 VUOTTA -PÖYTÄ*



*Kuva 2. HANURISTIT ESIINTYMÄSSÄ*

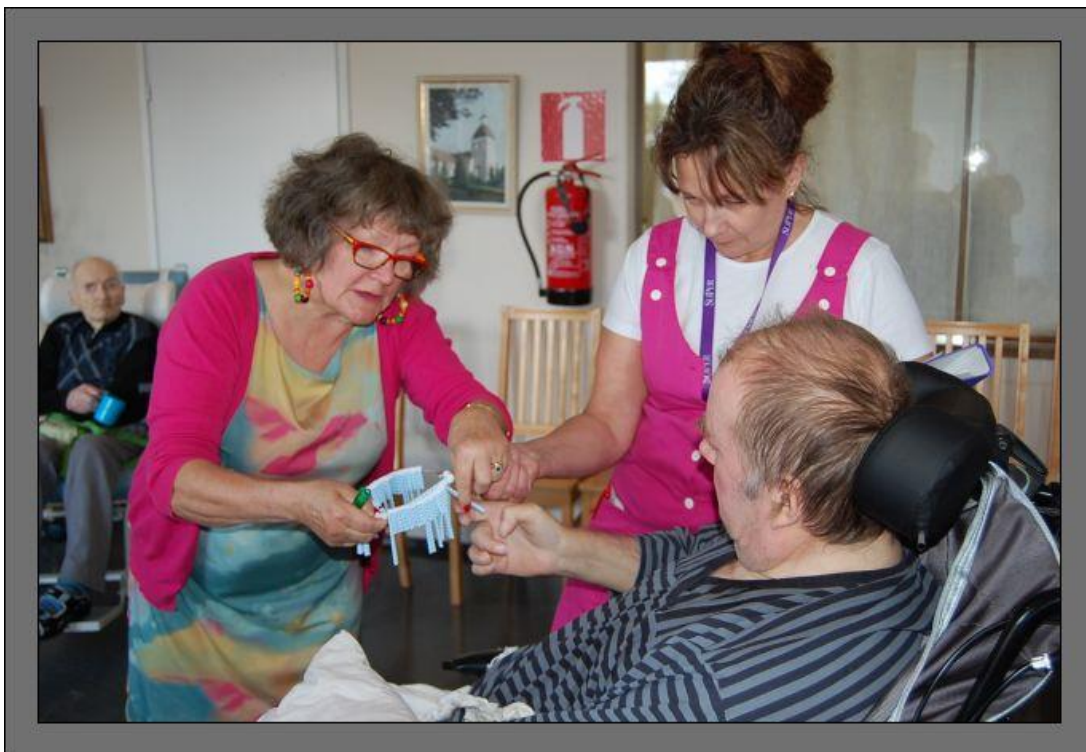
Vuollekodin asukkaat tuotiin pääaulaan odottelemaan omaisiaan ja muita vieraita. Osa omaisista olikin jo hyvissä ajoin tullut paikan päälle. Muutamalla asukkaalla avustajanaan oli henkilökohtainen avustaja. Haitarinsoittajat; Kari Häkli, Pertti Saarinen ja Reijo Salo asettuivat heille varatulle keskeiselle paikalle, josta musiikki kuuluisi mahdollisimman moneen tilaan. (Kuva 2.)

Ihmisiä alkoi kerääntyä Vuollekodin sisätiloihin ja alkoi kuulua puheensorinaa. Tapahtuman alussa opinnäytetyöntekijä pyysi hetken hiljaisuutta ja piti pienen tervetuliaispuheen samalla kertoen päivänannista. Ihmiset alkoivat kierrellä eri toimintopisteillä ja juttelivat toistensa kanssa. Haitarimusiikki soljui taustalla ja muutama asukas taisikin keskittyä pelkkään musiikkiin, koska se oli heidän mielestään tapahtuman paras anti. Suomi 100 vuotta -pöydän tavarat kiinnostivat ja esineet toivat paljon muistoja mieliin. Niitä oli mukava myös hypistellä sormissa. Suomi 100 vuotta -esineiden tunnistamiskisailu oli myös hyvin suosittu. (Liite 5.) Aluksi oli havaittavissa epävarmuutta kisaan osallistumisessa, mutta kun esineistä muutama oli aivan tuttu, rohkenivat vanhukset miettimään muidenkin esineiden käyttötarkoituksia. (Kuva 3.) Suomi 100 vuotta -kisan vastauskaavakkeita täytettiin 20 kpl.



*Kuva 3. SUOMI 100 VUOTTA -ESINEIDEN TUNNISTAMISTA*

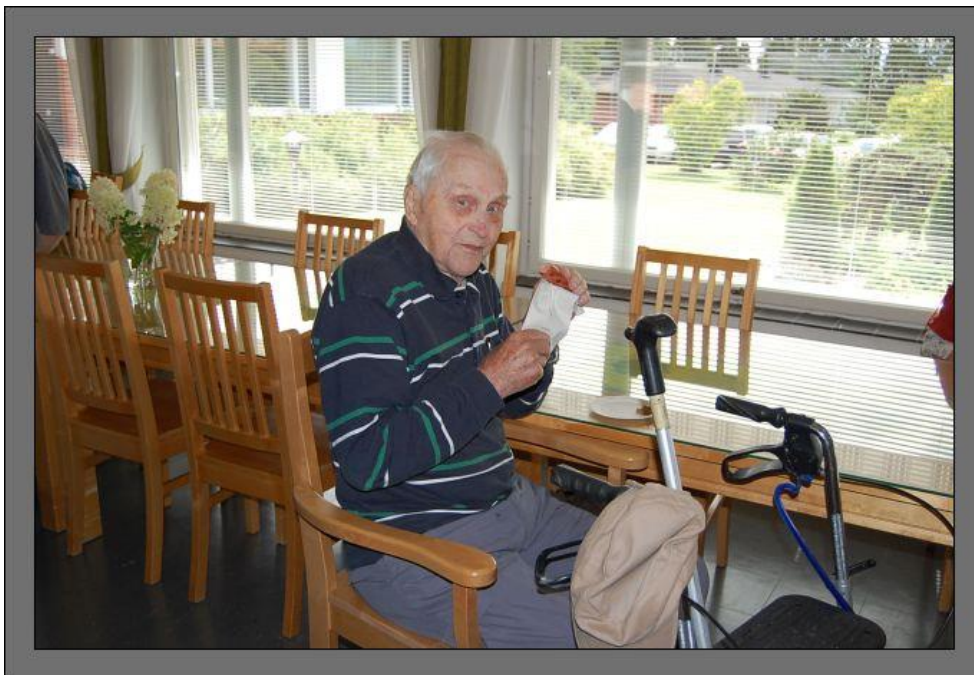
Arpajaispöydän lähettyvillä kävi kuhina. (Kuva 4.) Arpoja myytiin hyvää tahtia, koska palkinnot olivat hyviä ja niitä oli runsaasti, joten voittomahdollisuus oli hyvä. Aluksi näytti siltä, että arvat loppuvat kesken, mutta ei sentään, viimeiset arvat myytiin tapahtuman loppupuoliskolla. Oli hienoa nähdä iloisia ja yllättyneitä ilmeitä vanhusten kasvoilla, kun voittoarpa osui omalle kohdalle.



*Kuva 4. ARPAOSTOKSILLA*

Arpalipukkeet (100kpl) myytiin kaikki loppuun ja tuottoa tuli siis 200€. Vieraat kävivät tutustumassa Vuollekodin uuteen osastoon; Pionitupaan ja olivat tyytyväisiä näkemäänsä. Tilat ovat avarat ja toimivat. Kahvi- ja makkaratarjoilu sujui siten, että hoitajat jakoivat oman, nimetyn aulansa asukkaille tarjoilut ja muut vieraat hakivat itse oman aikataulunsa mukaan tarjottavia. (Kuva 5.) Hoitajat auttoivat myös ulkopuolelta tulleita ikäihmisiä tarjoiluiden kanssa. He kävivät kysymässä mitä kukin halusi ja toivat sitten tarjottavat suoraan pöytiin.





*Kuva 5. MAKKARA MAISTUU*

Askartelupisteessä kävi sekä vanhuksia että heidän omaisiaan. Askartelupisteellä tehtiin paperiperhosia, jotka ripustettiin pöydällä olevan puun oksille. Muutama askartelija taisi ottaa tekemänsä perhosen itselleen muistoksi. (Kuva 6.) Askartellusta perhospuusta tuli hieno ja värikäs taideteos, joka edelleen koristaa Vuollekodin pääaulaa.



*Kuva 6. KAHVIHETKI ASKARTELUPISTEELLÄ*

Tapahtumassa oli iloinen ja kiireetön tunnelma. Monella osallistujalla näkyi olevan hymy huulilla. Tapahtumaan saapui myös Jerita Ruususen Alwar-villakoira, josta oli

paljon iloa vieraille. (Kuva 7.) Omistajan mukaan Alwar onkin oikea terapiakoira ja eläinrakkaat vanhukset nauttivat sen paijaamisesta ja rapsuttamisesta, taisi Alwar käväistä muutaman vanhuksen sylissäkin. Tilanne oli niin sanotusti ”win win situation”, koska myös koiravieraamme selvästi nautti saamastaan huomiosta.



*Kuva 7. KOIRAVIERAAMME ALWAR*

Opinnäytetyöntekijän rooli tapahtumassa oli ottaa huomioon vieraat sekä ohjeistaa toimintapisteillä. Tapahtuman dokumentointia tein kameran avulla ja kuvasin osallistujia toimintapisteillä. Yritin saada kuviin mahdollisimman paljon tapahtuman tunnelmaa ja tunnetiloja. Tapahtuman loppupuolella n. klo 15.00, kun vieraat alkoivat tehdä lähtöään, muistutin kaikkia palautekyselyyn vastaamisesta. Pyysin myös hoitohenkilökuntaa muistuttamaan omaisia. Hoitohenkilökunta avusti asukkaiden vastaamisessa ja myös osa hoitohenkilökunnasta vastasivat kyselyyn. Täytettyjä palautekyselylomakkeita tuli yhteensä 22 kpl. Tapahtumassa oli sovitusti paikalla myös paikallislehden, Valtaväylän edustaja, joka otti valokuvia ja teki pienen haastattelun tapahtumasta. (Liite 6–10).

## 8 PROJEKTIN ARVIOINTI

### 8.1 Projektin vaiheistus, aikataulutus ja rahoitussuunnitelman toteutuminen

Projektin vaiheistus eteni suunnitelman mukaan. Opinnäytetyöntekijä piti projektipäiväkirjaa, merkatien siihen projektin eri vaiheet, havainnot ja koko prosessin kulun. Näin kaikki vaiheet tulivat suunniteltua ja arvioitua tarkasti ja suunnitelmallisesti.

Olin laatinut aikataulun, jonka sisällä toimin. Aikataulusta informoin yhteistyökumppaneitani, jotta kaikilla olisi ajantasainen tieto projektin etenemisestä. Aikatauluun muutoksia toi remontin alla olevan osaston rakennustyöt. Kutsujen lähettäminen meni melko myöhäiseen ajankohtaan suunnitellusta poiketen, koska halusin olla varma, että osastoon tutustuminen voi todellakin toteutua. Toiminnanjohtaja piti palaverin rakennuttajien kanssa ja he lupasivat, että tapahtumapäivään mennessä osasto olisi käytettävissä. Kuitenkin vielä tapahtumapäivän aamuna remonttimiehet tekivät viimeistelyjä ja purkivat äänieristeenä käytetyn ”ovirakennelman” osastojen väliltä.

Rahoitussuunnitelma piti, koska se oli hyvin suunniteltu, eikä isompia investointeja tarvittu. Opinnäytetyöntekijälle tuli kustannuksia arpalipukkeiden ostosta ja Suomi 100 vuotta -visan palkinnon hankkimisesta, yhteensä n. 4€. Suomi 100 vuotta -teeman oheismateriaalit opinnäytetyöntekijä hankki Satakuntaliiton aluekoordinaattorilta sähköpostitse ja tuotteet tulivat kuluitta postitse.

Projektin tuottona tuli 200€ ja se tuli myydyistä arpalipukkeista, joita myytiin 100 kpl.

### 8.2 Tavoitteiden saavuttaminen

Päätavoite tällä opinnäytetyöllä oli ikäihmisten kokoontuminen yhteen tapahtumaan, jonka tarkoituksena oli tuoda vanhusten arkeen vaihtelua ja virkistystä. Tapahtumassa oli iloinen ja välittävä tunnelma. Ihmiset olivat hymyssä suin ja tunnelma oli leppoisan mukava. Sosiaalista kanssakäymistä oli nähtävissä ja omaisten osallistuminen tapahtumaan oli kiitettävää. Uskon, että moni tapahtumaan osallistunut vanhus koki yhteisöllisyyden tunnetta, onnistumisen hetkiä ja nautti tapahtuman annista.

Henkilökohtainen tavoitteeni asukkaiden osallistamisesta konkretisoitui, kun muistisairas asukkaamme sai olla haitarinsoittajien kanssa esiintymässä. (Kuva 8.) Asukkaamme elämään tärkeänä osana on kuulunut haitarinsoitto ja tapahtumassa hän pääsi jälleen esiintymään, hänelle tärkeän instrumenttinsa kanssa. Vaikka taidot olivatkin sairauden myötä hävinneet, oli selvästi nähtävissä, miten asukkaan sormet hapuilivat haitarin koskettimilla ja miten hän nautti tilanteesta.



*Kuva 8. HAITARIMUISTOJA*

Tapahtuman palautekyselystä nousi hyvin esille tapahtuman onnistuneisuus ja merkityksellisyys ikäihmisille. Tapahtumalla saatiin myös näkyvyyttä Palvelutalo Vuollekodille lehtikirjoituksen muodossa. Osatavoitteenani oli samanlaisten tapahtumien järjestäminen ja virikkeellisen toiminnan lisääminen tulevaisuudessa. Tämä toteutui osaltaan mm. jo siten, että lokakuussa Vuollekodin asukkaille järjestettiin ”Elämän reppu”- monologiesitys, jonka esitti teatteri-ilmaisun ohjaaja, Kimmo Tihveräinen.



### 8.3 Riskit ja resurssit

Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden eli tapahtuman suurimpana riskinä koin osallistuvuuden, eli saadaanko paikalle riittävästi osallistujia Vuollekodin asukkaiden lisäksi. Tapahtumaan kuitenkin osallistui paljon omaisia ja mukavasti ikäihmisiä myös Vuollekodin pihapiirin palveluasunnoista, Salavataloista. Olisin toivonut vieläkin runsaampaa osallistumista palveluasunnoilta, mutta ehkä näillä asukkailla ei ollut tarpeeksi saattajia, jotka olisivat tuoneet heitä esim. pyörätuoleilla ko. tapahtumaan.

Omaisia olisi voinut olla vieläkin enemmän paikalla, mutta ajankohta oli työssäkäyville omaisille huono, ottaen huomioon vielä etäisyydet. Osallistujia oli kuitenkin mukana juuri sopiva määrä tiloja ajatellen. Kaikki pääsivät hyvin kulkemaan eikä ollut liian ahdasta.

Riskiksi nousi myös pysyminen suunnitellussa aikataulussa ja jännitysmomentiksi nousi Vuollekodin remontoinnin alla olevan osaston valmistuminen esittelykuntoon tapahtumanpäivään mennessä. Kävin muutamia kertoja ennen tapahtumapäivää Pionituvalla katsomassa ja aina näytti kovin keskeneräiseltä. Kutsussa luki ”tutustuminen uusittuun osastoon”, joten kutsujen lähettäminen meni hieman myöhäiseen, koska halusin olla varma, että tutustuminen todella onnistuu. Vielä tapahtumapäivän aamuna työmiehet tekivät remonttitöitä Pionituvan osastolla. Tutustumiskäynti kuitenkin toteutui, vaikkakin osaston viimeistely oli vielä kesken. Vieraat näkivät uusitut tilat ja uudet rakennusmateriaalit sekä keittiökalusteet.

Alkuperäisen suunnitelman mukaan tapahtumaan olisi kutsuttu myös eläinvieraita (alpakoita) Sastamalan koulutuskuntayhtymästä, Kokemäen yksiköstä. Yhteydenpito tapahtui sähköpostitse ja puhelimitse. Suunnitelma ei toteutunut, koska he eivät ehtineet kyseisenä päivänä tuoda alpakoita paikanpäälle. Kyselin Vuollekodin henkilökunnalta, jos he voisivat tuoda omia lemmikkejä tapahtumaan ilahduttamaan vanhuksia.

Taloudellista riskiä ei ollut, koska tapahtuma järjestettiin Vuollekodin palvelutalossa, eikä tiloista peritty vuokraa. Tarjoilut kustansi sovitusti Vuollekodin Kannatusyhdistys ry. Tarjoiluista vastasi Vuollekodin keittiöhenkilökunta. Tarjoilutilaukset tehtiin

hyvissä ajoin, arvioiden osallistujien määrä. Tarjoiluja oli riittävästi ja kukaan osallistujista ei jäänyt ilman.

#### 8.4 Toteutuksen itsearviointi

Tämän projektin toteutukseen olen erittäin tyytyväinen. Tapahtuma sujui hyvin, vaikka kaikki haluamani toiminnot eivät toteutuneetkaan. Minulla oli koko projektin ajan innostuneet yhteistyökumppanit, jotka auttoivat aina tarvittaessa ja kannusivat ajamaan projektia eteenpäin.

Tapahtuman alussa pidin tervetuliaispuheen ja mielestäni sekin sujui hyvin, vaikka sitä jännitinkin. Oli hienoa nähdä miten koko Vuollekodin henkilökunta oli tapahtumassa innolla mukana. Mielestäni osasin hyvin delegoida tehtäviä niin, että asiat sujuivat jouhevasti ja tapahtumasta saatiin toimiva kokonaisuus.

Tapahtuman järjestäminen oli koko prosessin ajan palkitsevaa ja motivoivaa, vaikka vastoinikäymisiltäkään ei vältytty. Koin asian niin, että oma stressinsietokyvyn hallitseminen parani ja osasin sulautua suunnitelman muutoksiin. Tapahtuma kokonaisuudessaan onnistui hyvin ja arviointisuunnitelman kohtaan ”Teimmekö mitä lupasimme?” voin vastata, että kyllä, tapahtuma tuotti vanhuksille toivottua vaihtelua ja erilaista virikettä päivään. ”Saimmeko aikaan muutosta? Edelleen uskon, että järjestämäni tapahtuma on jatkumo uusille vastaavanlaisille tapahtumille. Omasta puolestani voin sanoa, että voisin järjestää uuden tapahtuman, mutta nyt käyttäisin apunani palautekaavakkeissa esille nousseita asioita ja toisin tapahtumaan niitä toimintoja, joita vanhukset toivoivat. Yhteislaulua, runon lausuntaa, musiikkiesityksiä, enemmän näkemistä ja kokemista.

## 8.5 Palautekyselyn tulokset

Tapahtuman osallistujilta pyysin palautetta palautelomakkeella. (Liite 3.) Palautelomakkeen kysymykset koostuivat selkeistä ja lyhyistä kysymyksistä. Tapahtuman loppupuolella muistutin osallistujia vastaamaan palautekyselyyn. Palautteille oli varattu oma pahvilaatikkonsa. Osa vanhuksista vastasi suusanallisesti ja hoitajat tai läheiset kirjasivat vastaukset kaavakkeisiin. Palautteita tuli yhteensä 22 kpl. On vaikeaa arvioida, mikä oli palautekyselyyn vastanneiden prosentuaalinen osuus, koska tapahtumaan osallistuneiden henkilöiden määrä ei ole tiedossa. Arvioisin palautekyselyn vastausprosentiksi n. 22%.

1. Minkä arvosanan, asteikolla 1–10 annat ”Eloa ja iloa Vuollekodilla” -tapahtumalle?

Tapahtuman arvosanan keskiarvoksi tuli 9,04. Alin annettu arvosana oli 7 ½ ja ylin annettu arvosana oli 10.

2. Mistä pidit eniten ja toiko päivän anti sinulle jotain uutta?

*”Musiikki oli hyvää”*

*”Oli mukavaa tutustua uusittuun Pionitupaan”*

*”Koiria oli mukava”*

*”Haitarinsoitto oli parasta”*

*”Juttukavereita oli paljon”*

*”Tunnelma oli hyvä ja oli kiva nähdä Pionitupa”*

*”Ihmiset ja ilo”*

*”Yhdessä olo ja omaisten läsnäolo”*

*”Musiikki ja arpajaiset”*

*”Kaikki oli kerrankin yhdessä”*

*”Ihmisten iloiset ilmeet ja eleet”*

*”Oli hienoa nähdä miten vanhuksset nauttivat musiikista”*

*”Vanhat esineet ja tuntematon tuohiesine”*

*”Vanhanajan tarvikkeiden arvuuttelu oli kivaa”*

*”Kaikki yhdessä muodosti hyvän kokonaisuuden”*

*”Tarjoilut”*

*”Musiikki ja ihmiset ympärillä”*

*”Kaikki”*

Vastauksissa on tullut esille, että jokainen toimintopiste on herättänyt ajatuksia. Tapahtuman musiikillinen anti nousi monessa palautteessa huomionarvoiseksi ja tärkeäksi. Myös tapahtuman tunnelma ja yhdessäolo on koettu antoisaksi ja voimaannuttavaksi.

### 3. Tunsitko pystyväsi osallistumaan tapahtuman toimintoihin?

*”Kyllä” -vastauksia 14kpl*

*”Haitarimusiikkia tulin kuuntelemaan”*

*”Olen luonteeltani tarkkailija”*

*”Tapahtuma tarjosi kaikille jotakin eli kaikki pystyi halutessaan osallistumaan ainakin johonkin”*

*”Hyvin pystyi osallistumaan kun halusi”*

*”Kyllä, kun hoitaja auttoi”*

*”Askartelu jäi, kun en huomannut sitä, keskityin musiikkiin”*

*”Askartelu ei kiinnosta, mutta esineiden arvaamiseen osallistuin”*

*”Huonon kuuloni vuoksi en voinut hälyssä jutella ihmisten kanssa”*

Ikäihmisten osallistuminen tapahtuman toimintoihin on ollut riippuvainen heidän sen hetkisestä toimintakyvystä ja terveydentilasta. Osalle vanhuksista tapahtuma oli tarkkailemista ja mukana oloa. Kuitenkin ainakin yli puolet vastanneista pystyivät osallistumaan kaikkiin tapahtuman toimintoihin.

### 4. Millaisia tapahtumia toivot jatkossa järjestettävän?

*”Musiikkiesiintyjä; Lasse Hoikka tai Souvarit”*

*"Yhteislauluja"*

*"Vapaata seurustelua"*

*"Samanlaisia. Tämä oli kiva."*

*"Yhteisiä tapahtumia vanhuksille ja heidän omaisilleen"*

*"Jotain talon ulkopuolella tapahtuvaa. Katsomaan eläimiä tms."*

*"Saman tyylistä kuin tämä"*

*"Lausuntaa, runoja, laulua ja arpajaisia, joissa jokainen arpa voittaa"*

*"Musiikkia; Eino Grön tai Reijo Taipale"*

*"Jotain vastaavanlaista"*

*"Sellaisia, missä olisi enemmän katseltavaa; taidetta, kulttuuria, esineitä ym."*

*"Iloisia tapahtumia"*

*"Musiikkia ja hyvää ruokaa"*

*"Samanlaisia kuin tämä pienillä muutoksilla"*

Tässäkin palauteosiossa nousi esille musiikin tärkeys. Moni vanhus nauttii musiikista, laulamisesta ja lauluesityksistä. Toiveena on esitetty myös talon ulkopuolella tapahtuvat kulttuuritapahtumat. Palautteessa nousi esille myös omaisten osallistuminen ja yhteiset virkistätymishetket.

## 5. Vapaa sana

*"Kiva, hyvän mielen tapahtuma"*

*"Kiitos järjestäjille"*

*"Kaikin puolin kiva tapahtuma"*

*"Tunnelma tapahtumassa oli todella hyvä"*

*"Kiitos"*

*"Ihan hyvä tapahtuma"*

*"Oli oikein kiva tunnelma"*

*"Kiitos, oli mukavaa!"*

*"Haitarimusiikki loi iloisen taustahälyn tapahtumalle. Onnistuit hyvin!"*

*"Mukava tapahtuma, vaihtelua normaaliin arkeen"*

*"Oikein mukava ja lämminhenkinen tilaisuus"*

Vapaa sana -osion vastaukset ovat sydäntä lämmittävää luettavaa. Vastauksista huokuu tapahtuman onnistuneisuus ja hyvä tunnelma. Tapahtuma on koettu voimaannuttavana ja lämminhenkisenä. Tästä palautteesta on selvästi luettavissa, että samankaltaisille tapahtumille on tilausta ja tarvettakin.

## 8.6 Suullinen palaute

Pyysin tapahtumasta myös suullista palautetta. Palaute oli suurimmaksi osaksi positiivista ja tapahtuma koettiin onnistuneeksi. Negatiivistakin palautetta sain. Yksi Vuollekodin asukas harmitteli sitä, että tapahtuman ajankohta ajoittui työssä käyvien omaisten mahdottomuuteen saapua paikalle työesteidensä vuoksi.

Vuollekodin henkilökunnalta sain myös hyvää palautetta ja kiitosta tapahtuman järjestämisestä. Hoitajat kokivat, että heidänkin normi työpäivänsä oli arjesta poikkeava ja antoisa. Henkilökunnasta oli hienoa nähdä miten asukkaat odottivat tapahtumaa ja olivat innolla mukana. Tapahtuma koettiin myös omaisyhteistyön kannalta hyväksi, koska paikalle saapui melko paljon omaisia. Samalla voitiin käydä keskusteluja omahoidettavan terveydentilasta ja voinnista yleensä.

Naistoimikunnan jäsenet olivat iloisia siitä, että paikalle saapui niin paljon ihmisiä. Järjestelyt sujuivat hyvin ja arpajaistuloja saatiin runsaasti.

## 9 POHDINTA

Omat tavoitteeni opinnäytetyössäni toteutuivat. Opin paljon uutta projektityön tekemisestä, sen eettisistä periaatteista sekä projektityön haasteista mm. projektin aiheen rajaamisesta (Kettunen 2009). Kokosin ympärilleni toimivan yhteistyöryhmän ja osasin delegoida työtehtäviä oikeille ihmisille ja toimia ”projektipäällikön” roolissa. Opin paineensietokykyä mm. sillä, että kun asiat eivät aina menneet kuin olin suunnitellut,

sopeuduin tilanteeseen, enkä hätäntynyt. Uskalsin myös luottaa yhteistyökumppaneihini ja mielestäni teimme loistavaa yhteistyötä.

Opinnäytetyössäni noudatin projektityön eettisiä periaatteita. Valitsin opinnäytetyökseni kehittämismielessä viriketoimintaan suuntautuvan toiminnallisen opinnäytetyön, koska näen kehittämistyön tarpeellisuuden työpaikallani Vuollekodissa (Vilkkä & Airaksinen 2004). Virikkeellisen toiminnan uudistamisen tarvetta on nähtävissä ja uskon projektini olevan ns. ”pilottityö”. Uskon ja toivon, että myös koko Vuollekodin henkilökunnassa tämä toiminnallinen, opinnäytetyönä kehitetty tapahtuma herätti ajatuksia ja ideoita, jotta saisimme tapahtumalle jatkumon.

Kehittämistyö vanhustenhuollossa voi olla työn uudelleen organisointia tai priorisointia. Vaikka ajatellaan, että kehittämistyö ja sen vaatimat muutokset lisäävät henkilökunnan työtaakkaa, on myös muistettava sen mukanaan tuomat uudet näkökulmat työnsisältöön, itsensä kehittämiseen ja vaihtelu vanhustyön tekemiseen. Mm. projektin aikana esille noussut vuosikello-malli tulee jatkossa olemaan työkalumme, jota käytämme virikkeellisen toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa työyhteisössämme.

Toiminnallisen opinnäytetyön tekeminen oli antoisaa, koska minulla oli melko vapaat kädet työn suunnittelussa. Olen luonteeltani kehittäjä ja ideoija. Oli hienoa olla järjestämässä vanhuksille tapahtumaa, joka oli heidän omien toiveittensa näköinen.

Projektin työstäminen oli mielenkiintoista ja haasteellistakin, mutta onneksi minulla oli mukana innokkaat yhteistyökumppanit ja tukijoukot. Järjestämämme tapahtuma onnistui hyvin. Kirjallisen produktin eli prosessin kirjoittamisessa onnistuin mielestäni hyvin, mutta tapahtuman tunnelmaa ei mielestäni voi kuvata niin tarkasti, kuin miten sen koin. Toivottavasti kirjallisen opinnäytetyön lisänä olevat valokuvat antavat viitteitä tapahtuman tunnelmasta.

Lopuksi haluan välittää lämpimät kiitokset yhteistyökumppaneilleni ja kaikille niille, jotka kannustivat minua tämän projektin aikaansaamisessa. Toivon, että me yhdessä työyhteisöni kanssa voimme jatkossakin kehittää virikkeellistä toimintaa, ottamalla käyttöön uusia työtapoja ja suunnitellusti toteuttaa yksilöllisiä, voimaannuttavia ja ikimuistoisia kokemuksia vanhuksillemme.

## LÄHTEET

Airila, A., Karvinen, E. & Salminen, U. 2007. Vanhusten viriketoiminnan perusteet: opas vanhustyöntekijöille. Ikäinstituutti. Helsinki.

Eloa ja iloa Vuollekodissa. Valtaväylä. 9/2017, 19.

Gerontologian tutkimuskeskuksen www-sivut. 2017. <http://www.gerec.fi/ajankoh-taista/vanhan-ihmisen-tunnustaminen-persoonaksi-tukee-hyvinvointia>

Heimonen, S. & Voutilainen, P (toim.) 1998. Kuntouttava työote dementoituvien hoi-totyössä. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Hirsijärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu Teemahaastattelun teoria ja käy-täntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hohenthal-Antin, L. 2009. Muistot näkyviksi. Muistelutyön menetelmiä ja merkityk-siä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hyypä, M. 2008. Sosiaalinen pääoma ja vanheneminen. Teoksessa E. Heikkinen & T. Rantanen (toim.) Gerontologia. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy, 531–538.

Karlsson, Å. & Marttala, A. 2001. Projektikirja. Onnistuneen projektin toteuttaminen. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Kettunen, S. 2009. Onnistu projektissa. WSOYPro.

Laine, A., Ruishalme, O., Salervo, P., Sivén, T. & Välimäki, P. 2009. Opi ja ohjaa sosiaali- ja terveysalalla. WSOY.

Lyytikäinen, M. 2013. Vuosikello. <https://www.innokyla.fi/web/malli263042>



Lähdesmäki, L. & Koistinen, P. 2009. Toimintakyvyn tukemisen prosessi. [http://www.sufuca.fi/fi/mental\\_capacity\\_fi.html](http://www.sufuca.fi/fi/mental_capacity_fi.html)

Lähdesmäki, L. & Vornanen, L. 2009. Vanhuksen parhaaksi Hoitaja toimintakyvyn tukijana. Helsinki: Edita Prima.

Lööw, M. 2002. Onnistunut projekti Projektijohtamisen ja -suunnittelun käsikirja. WS Bookwell Oy.

Näslindh-Ylispangar, A. 2012. Vanhuksen terveyden, hyvinvoinnin ja hyvän elämän edistäminen. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Partala, A. 2012. Psykkinen hyvinvointi. Ammattiterveystieto -kurssimateriaali. Helsingin diakoniaopisto. <http://ammattiterveystieto.wikispaces.com/file/view/Psykkinen+hyvinvointi+%28wiki%29.pdf>

Pirhonen, J. 2017. Iäkkään henkilön persoonan tukeminen pitkäaikaishoidossa – miten onnistumme siinä nykyistä paremmin. Luento Risto Ryti salissa Huittisissa 2.10.2017.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun Ammattikorkeakoulu.

Silfverberg, P. 2007. Ideasta projektiksi: projektityön käsikirja. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Suomen harmonikkaliiton www-sivut. 2011. <http://www.harmonikkaliitto.fi/harmonikat/historia>

Suopajarvi, L. 2013. Opas projektiarviointiin. Lapin Yliopiston yhteiskuntatieteiden tiedekunnan julkaisuja. <http://www.ulapland.fi/loader.aspx?id=a6d01dd9-baad-408a-a6fb-5e131cf74ef5>

Terveyden ja hyvinvointilaitoksen www-sivut. 2016. Viitattu 10.8.2016.  
<https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/hankkeet-ja-ohjelmat/sokra/hankkeet-ja-hanketuki/arviointi/vertaisarviointi>

Terveyden ja hyvinvointilaitoksen www-sivut. 2017. Aikuisten terveysterveys-, hyvinvointi- ja palvelututkimus ATH:n perustulokset 2010-2017. [www.thl.fi/ath](http://www.thl.fi/ath)

University of Brighton www-sivut. 2017. <https://www.brighton.ac.uk/social-science-research/research-projects/older-people-wellbeing-and-participation.aspx>

Vahvike ryhmä- ja viriketoiminnan aineistopankki. Vanhustyön keskusliiton www-sivut. 2017. <http://www.vahvike.fi/fi/kasityo/tutkimustuloksia>

Vanhustyön keskusliiton www-sivut. 2013. <http://www.vtkl.fi/fin/toimimme/ajankoh-taista/arkisto/2013/07/Laatusuositus-tukee-ikaantyneiden-hyvinvoinnin-ja-palvelu-jen-parantamista>

Vanhustyön keskusliiton www-sivut. 2017. <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Gummerus Kirjapaino Oy.

Virtanen, P. 2009. Projekti strategian toteuttajana. Tallinna: Tallinna Raamatutrukkikoda.

Vähälä, E. 2003. Luovan käsityöprosessin yhteydet psyykkiseen hyvinvointiin. Nurmijärvi: Kirjakas Ky.

## **Virkistystoiminta Vuollekodissa -haastattelukaavake 2017**

Geronomi (AMK) -opiskelija Jaana Sinkko

1. Mitä harrastat tai olet harrastanut nuorempana? Mitkä ovat mielenkiinnon kohteesi?
2. Mikä Vuollekodin virkistystoiminta tai järjestetty tapahtuma on jäänyt mieleesi? Miksi?
3. Millaista virike-/virkistystoimintaa haluaisit Vuollekotiin? (kesällä ja talvella)



Opinnäytetyö 2017

Geronomi opisk. Jaana Sinkko, Samk

Kyseessä on toiminnallinen opinnäytetyö, joka sisältää kaksi eri kokonaisuutta:

1. Opinnäytetyö eli kirjallinen osuus
2. Toiminnallinen osuus eli varsinainen "**markkinapäivä**" **25.8.2017 klo 13-15.00** Vuollekodilla.

Tarkoituksena on järjestää Kokemäen ikäihmisille mukava kesäinen "markkinapäivä" erilaisine toimintoineen. Tavoitteena on saada ikäihmisiä lähtemään liikkeelle ja kerääntymään yhteen. Tavoitteena on myös saada mainosta ja näkyvyyttä Vuollekodin palvelutalolle. Toivoisin, että muutkin innostuisivat esimerkin kautta luomaan vanhuksille uusia kokemuksia ja erilaisia tapahtumia arjen keskelle. Virikkeellinen toiminta tuottaa elämäniloa ja uutta ajateltavaa vanhusten mieliin. Yhdessä oloinen ja tekeminen, on mukavaa ja kaikki tarvitsevat toisen ihmisen läsnäoloa. Toivoisin myös, että vanhusten omaiset havahtuisivat ja näkisivät vanhuksensa/omaisensa voimavaran, että hän on vielä kykenevä nauttimaan uusista kokemuksista.

Mediassa on ollut paljon negatiivista informaatiota vanhustenhoitoon liittyen. Haluan kumota käsityksen, etteikö vanhuksille hoitolaitoksissa järjestettäisi virikkeellistä toimintaa. Eläminen vanhana ihmisenä laitoksessa on vielä elämisen arvoista ja mielekästä.

**Kohderyhmänä** tapahtuman osallistujista ovat Vuollekodin asukkaat ja heidän omaisensa, Savatalojen asukkaat ja heidän omaisensa sekä palvelukeskus Henrikinhovin asukkaat.

Kesätapahtuman **toiminnot**: (suunniteltava niin, että sateen sattuessa onnistuu sisätiloissakin)

- haitarimusiikkia
- vanhojen esineiden tunnistamiskilpailu (joku pieni palkinto parhaalle tietäjälle)
- eläinvieraita (laamat >Huittisten ammatti- ja yrittäjäopistolta, hoitajien lemmikkejä?)
- tutustumiskäynti Vuollekodin uuteen osastoon Pionitupaan (vieraskirja)
- askartelupiste tai muu kädentaitoja harjaannuttava toimintapiste. Muisto mukaan?
- arpalaiset. Arpajaislupa! Kuka hankkii palkintoja ja kuka myy arpoja?
- tarjoilu. Grillimakkaraa ja mehua? Kahvia ja pullaa? Maksu vai ilmainen?
- tuote-esittelijöitä?
- tapahtuman palautekysely
- paikallislehteen juttu

Arpajaistulot ja mahd. tarjoilusta kerätyt varat tullaan käyttämään palvelutalo Vuollekodin asukkaiden virkistystoimintaan tulevaisuudessa. Suunnitelmissa vuodelle 2018 mm. teatteria, sauna-



ja uintireissu, konsertti jne.  
jaana.sinkko(at)vuollekoti.fi

Jaana Sinkko 044-5220607

## TAPAHTUMAN PALAUTEKYSELY

1. MINKÄ ARVOSANAN, ASTEIKOLLA 1-10, ANNAT "ELOA JA ILOA VUOLLEKODILLA" -TAPAHTUMALLE?
2. MISTÄ PIDIT ENITEN JA TOIKO PÄIVÄN ANTI SINULLE JOTAIN UUTTA?
3. TUNSIKCO PYSTYVÄSI OSALLISTUMAAN TAPAHTUMAN TOIMINTOIHIN?
4. MILLAISIA TAPAHTUMIA TOIVOT JATKOSSA JÄRJESTETTÄVÄN?
5. VAPAA SANA





*Toivotamme teidät ja läheisenne koko Vuollekodin henkilökunnan puolesta lämpimästi tervetulleeksi pe 25.8 klo 13-15.00 järjestettävään "ELOA JA ILOA VUOLLEKODILLA" -tapahtumaan.*

*Vietetään yhdessä mukava iltapäivä haitarimusiikin ja tarjoilujen kera. Ohjelmassa:*

*Suomi 100-v- teemaan liittyen; vanhojen esineiden arvuuttelua, arpajaiset (2e/arpa), askartelua ja uusitun osastomme, Pionin tutustumiskäynti. Järjestettävä tapahtuma on geronomi (AMK)- opintojeni toiminnallinen osuus opinnäytetyöstäni. Tervetuloa minun ja koko Vuollekodin henkilökunnan puolesta!*

*Jaana Sinkko*



*SUOMI 100-V*

*Tiedätkö esineen nimen ja käyttötarkoituksen?*

*NRO 1.*

*NRO 2.*

*NRO 3.*

*NRO 4.*

*NRO 5.*

*NRO 6.*

*NRO 7.*

*Parhaimmalle tietäjälle luvassa pieni palkinto. Lisää tähän nimesi ja yhteystietosi:*

## VALTAVÄYLÄ syyskuu 2017

### Eloa ja iloa Vuollekodissa

Vuollekodin yhteistilat täyttyivät perjantaina 25.8. talon asukkaista, omaisista, Henrikinhovin asukkaista ja kutsuvieraista, kun talossa vietettiin iltapäivää teemalla ”Eloa ja iloa Vuollekodissa”.

Tilaisuus oli samalla SAMK:ssa opiskelevan Jaana Sinkon opintyönäytteen toiminnallisen työn osuus. Jaana valmistuu geronomiksi.

Tilaisuus aloitettiin Kokemäen harmonikkakolmikron soittamalla kauniilla valssilla ”Rantakoivun alla”, jonka jälkeen Jaana Sinkko lausui tervehdyssanat ja kertoi iltapäivän ohjelmasta, jossa oli mukana Suomi 100-teemalla varustettu näyttely.

Lisäksi tapahtumassa oli kahvi- ja makkaratarjoilua, askartelua ja hauskoja kilpailuja joihin osallistui Vuollekodin väen lisäksi talon ulkopuolelta kutsutut lähiomaiset.

Suuren suosion iltapäivätapahtumissa ovat saaneet Vuollekodin naistoimikunnan yhteiset askartelut. Viriketoimintaa järjestetään Vuollekodissa usein vähän pienemmäläkin porukalla.

Lisäksi oli mahdollisuus tutustua remontin alla olevaan Pioni-osastoon vanhustyöjohtaja Johanna Ruususen opastuksella.

Harmonikan soittajille lenteli paljon pyyntöjä entisajan musiikista, etenkin laulu ”Kirje sieltä...” tuntui bravuurilta.

Iltapäivän parituntinen vierähti nopeasti ohjelman, juttelun ja maittavan tarjoilun merkeissä.





*Vuollekodin asukkaat ja kutsuvieraat kuuntelivat kaunista valssia rantakoivun alla...*



*Johanna Ruusunen näytti 1-vuotista Alwar koiraa Juhani Hakalalle.*



*Osa Kokemäen harmonikat ryhmästä soitti "Eloa ja Iloa juhlassa". Soittajat vas. Pertti Saarinen, Kari Häkli ja Reijo Salo.*





*Lähihoitaja Mira Valkama avustaa Alli Mäkeä paperiperhosen askartelussa.*



*Naistoimikunnan Hanna Uusimaa (vas.) avustaa askartelussa Alli Jalosta. Oikealla paperilinnun valmistusta seuraa Airi Nurmi.*



*Jaana Sinkko ja Tapio Pirkinäinen tutkimassa Suomi-100 pöydän äärellä esineitä.*